عین الحیوٰۃ

محمد بن یوسف ہروی

(۱۵۴۲م)

تحقیق، تدوین وترجمہ

حکیم سید ظل الرحمن

ابن سینا اکادمی علی گڑھ

الہند

یہ کتاب مرکزی وزارتِ صحت و خاندانی بہبود، نئی دہلی
کے شعبہ ''آیوش'' کے جزوی مالی تعاون سے شائع کی گئی

نام	:	عین الحیوٰۃ
سال اشاعت	:	مئی ۲۰۰۷
تعداد	:	ایک ہزار
کمپوزنگ	:	صبوحی مشکور
طباعت	:	انٹرنیشنل پرنٹنگ پریس، علی گڑھ
قیمت	:	Rs.350/=
ناشر	:	ابن سینا اکیڈمی، تجارہ ہاؤس، دودھ پور علی گڑھ ۔ ۲۰۲۰۰۲

ISBN: 978-81-901362-9-7

ʻAIN AL-ḤAYAT

Edited By

By, Prof. Ḥakim Syed Zillur Rahman

Ibn Sina Academy, Dodhpur, Aligarh, India

فہرست

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

مقدمہ

موجودہ عہد میں بڑھاپے اور بڑھاپے کے مسائل کو بہت اہمیت دی جارہی ہے۔ طب اور سماجیات میں مستقل موضوع کی حیثیت سے اس کے مطالعہ نے تحقیق کی بہت سی نئی راہیں کھولی ہیں، اور اسے حیات انسانی کے ایک ایسے اہم عنصر کے طور پر پیش کیا ہے، جس سے نہ راہ فرار اختیار کی جاسکتی ہے اور نہ جس کے بغیر زندگی کی آخری منزل اور اس کے انجام سے کامیابی کے ساتھ گزرا جاسکتا ہے۔ لیکن یہ کوئی نیا یا دور جدید کا مسئلہ نہیں ہے۔ ہر زمانہ میں بڑھاپے (Geriatric) کو اہمیت کا درجہ حاصل رہا ہے۔ ماہرین طب، علماء مذہب اور مصلحین سماج نے ہمیشہ اسے قابل وقعت سمجھا ہے، اس کے لئے ہدایات دی ہیں، اصول و قواعد مقرر کئے ہیں اور انسانی، اخلاقی اور طبی بنیادوں پر اس کے لحاظ اور خیال کو اپنی ترجیحات میں شامل رکھا ہے۔ کسی بھی سماج کی پسندیدہ اور روایتی قدروں میں بزرگوں کے احترام اور انسانی رویوں اور رشتوں نے جو جگہ بنائی تھی، اس کا اثر آج بھی پیڑھی کے تفاوت اور تیزی سے زوال پزیر معاشرہ میں بہت صاف طور پر نظر آتا ہے۔

یہاں اس مسئلہ کے مذہبی اور اخلاقی پہلوؤں کا احاطہ پیش نظر نہیں ہے۔ طبی نقطہ نظر اور محمد بن یوسف ہروی کی کتاب عین الحیوٰۃ کے محتویات کے تعلق سے کچھ اظہار خیال مقصود ہے۔

ہر قدرتی و صناعی ترکیب میں ایک مقررہ حد پر پہنچنے کے بعد زوال کا سلسلہ شروع ہوتا ہے۔ یہ زوال جس کا اختتام اس کے عدم پر ہوتا ہے، ایک تغیریاتی عمل ہے۔ دوسری ساری

اشیاء کی طرح انسانی جسم میں یہ عمل اس قدر پر پیچ، خاموش اور اتنے دائروں میں ہوتا ہے کہ طبی سائنس کی تمام تر ترقی کے باوجود اس کی گرفت بظاہر ناقابل تسخیر معلوم ہوتی ہے۔

زندگی اور موت کے معمہ اور فلسفہ حیات و ممات پر فلاسفہ و حکما اور قدیم وجدید طب و سائنس کے علماء ہمیشہ گفتگو کرتے رہے ہیں۔ زندگی کی نشو ونما اور اس کے مختلف مدارج وارتقا کے لحاظ سے جسمانی نظام کی تبدیلیوں کا محققین نے بڑی باریک بینی وتحقیق سے مطالعہ کیا ہے۔ عمروں کے اعتبار سے جو درجات مقرر کیئے گئے ہیں ان میں بڑھاپا یا سن شیخوخت آخری درجہ ہے۔ اس آخری درجہ کو کیسے مؤخر کیا جائے اور زندگی کے سب سے شاندار حصہ سن شباب کو کیسے دیر تک برقرار رکھا جائے، یہ نہ صرف محققین بلکہ ایک عام آدمی کی دلچسپی اور خواہش سے بھی تعلق رکھتا ہے۔ انسان کی ہمیشہ یہ تمنا رہی کہ بڑھاپا نہ پھٹکے اور شباب قائم رہے۔ وہ کیمیا، آب حیات اور نسخہ شباب کی تلاش میں سرگرداں رہا، یہ دوسری بات ہے کہ امرت کبھی اس کے ہاتھ نہ آیا۔

حیاتیاتی تبدیلیوں میں موجودہ سائنس نے Genetic theory اور Genetic factors ساخت اور تخلیقی عوامل کو خاص اہمیت دی ہے اور یہ تسلیم کیا جارہا ہے کہ خلیاتی اور سالماتی نظام کی افزونی وبالیدگی میں کمی اور مدافعانہ نظام Immune System کے کمزور ہونے سے سارے بدنی اعضا اور پورا جسمانی نظام متاثر ہوتا ہے، اور انسان بڑھاپے کی طرف بڑھتا ہے۔

طب یونانی نے ہزاروں برس پہلے اس حقیقت کو منکشف کیا تھا کہ بدن کی مدافعانہ قوتوں کے ضعف کا نام بڑھاپا ہے۔ طب یونانی میں صحت ومرض کے قیام میں قوت مناعت اور قوت مدبرہ بدن کو بنیادی اہمیت دی گئی ہے۔ بدن کی طبعی قوتیں جب ضعف کا شکار ہوتی ہیں تو انسان بیمار پڑتا ہے۔ دوا اور علاج کے ذریعہ طبیب کا کام بدن کی مدافعانہ قوت اور طبعیت کو قوی کرنا ہے۔ طبیعت جس قدر قوی ہوگی، اسی قدر توانائی سے وہ امراض کا

مقابلہ کرے گی۔طب یونانی میں پورا جسمانی نظام ایک اکائی اور ایک مخصوص مزاج کے تابع قرار دیا گیا ہے اور طبیعت ،قوت مدبرہ اور حرارت غریزی پر اس کی اثر اندازی تسلیم کی گئی ہے۔ مزاجی تبدیلیوں سے جہاں دوسرے اعراض لاحق ہوتے ہیں،وہاں ضعف اعضاء، اطفاء حرارت غریزی اور تحلل ارواح کے نتیجہ میں بقدر ضرورت بدل ما تحلل فراہم نہیں ہوتا اور بڑھاپا نزدیک آتا ہے،اور اس سے متعلق بیماریوں کا ظہور ہوتا ہے۔

یونانی طب میں انسانی عمر کو چار درجات میں تقسیم کیا گیا ہے۔سن نمو،سن وقوف یا سن شباب،سن کہولت اور سنِ شیخوخت۔سنِ شیخوخت کا زمانہ ۱۲۰ برس بتایا گیا ہے۔یعنی انسان اگر حفظ صحت کے اصولوں پر عمل کرے تو وہ طبعی طور پر ۱۲۰ برس زندہ رہ سکتا ہے۔ابن سینا نے بڑھاپے اور موت کے فلسفہ پر بڑی عالمانہ گفتگو کی ہے۔بڑھاپے کے بارے میں اس نے لکھا ہے۔"جاننا چاہئے کہ سن وقوف کے بعد حرارت کم ہونے لگتی ہے۔کیونکہ ہمارے گردو پیش کی ہوا کو حرارت کا مادہ یعنی رطوبت ابتدائے پیدائش ہی سے جذب کرتی رہتی ہے،جس کی امداد اندرون بدن سے حرارت غریزیہ بھی کرتی ہے۔نیز ان کی اعانت حرکات بدنیہ ونفسانیہ سے بھی ہوتی ہے،جو ہمارے روزمرہ کے کاموں کے لئے نہایت ضروری ہے۔پھر طبیعت ہمیشہ ان چیزوں کا مقابلہ نہیں کر سکتی۔کیونکہ جسم کی تمام قوتیں محدود اور کبھی نہ کبھی ختم ہونے والی ہوتی ہیں،اس لئے کہ مواد و رطوبت جمع کرنے کا فعل ہمیشہ یکساں جاری نہیں رہتا۔اگر ہم یہ فرض کرلیں کہ قوت جسمانیہ انتھک ہے،اور وہ بدن میں یکساں طور پر بدل ماتحلل فراہم کرتی رہتی ہے،تو تحلل وبدل کا توازن یکساں نہیں ہوتا بلکہ تحلیل،بدل کے مقابلہ میں بڑھتی جاتی ہے۔لہذا بدن کس طرح تحلیل شدہ چیز پر قائم رہ سکتا ہے۔اس کے لئے یقیناً ایک ایسا وقت آئے گا کہ رطوبت فنا ہو جائے گی اور اس کے فنا ہونے سے حرارت بھی بجھ جائے گی۔جب ہم دونوں پہلوؤں پر غور کرتے ہیں تو معلوم ہوتا ہے کہ نقصان اور کمی کا پہلو کسی قدر زیادہ ہے۔چنانچہ جب ایسا ہے تو یہ بات لازمی وضروری

ہے کہ رطوبت کے فنا ہونے سے حرارت بھی بجھ جائے۔ خصوصاً جب کہ اس کے بجھ جانے میں دوسرے اسباب بھی ممد ومعاون ہو رہے ہوں۔ انہی اسباب میں سے رطوبت غریبہ بھی ہے، جو خرابی ہضم کے باعث ہمیشہ پیدا ہوتی رہتی ہے۔ یہ رطوبت غریبہ حرارت غریزی کو دو طرح سے بجھاتی ہے۔ اولاً حرارت کو گھوٹ دیتی ہے۔ دوم یہ رطوبت حرارت کے مخالف ومتضاد ہوتی ہے، کیونکہ رطوبت غریبہ سرد اور بلغمی ہوتی ہے۔ یعنی حرارت غریزیہ مختلف اسباب کی بناء پر متواتر گھٹتی اور کم ہوتی رہتی ہے۔ یہاں تک کہ آخر میں وہ اس قابل نہیں رہتی کہ رطوبت غریزیہ کی حفاظت کر سکے تو اس کا دوسرا نام طبعی موت ہے۔ یہ طبعی موت ہر شخص میں اس کے پیدائشی مزاج اور اس قوت کے قوی وضعیف ہونے پر منحصر ہے جو رطوبت غریزیہ کی حفاظت کرتی ہے۔ اس کے متعلق اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے لکل اجل مسمی موت کا ایک دن معین ہے۔ یعنی ہر شخص میں موت مقررہ ومعینہ وقت پر ہوتی ہے۔ یہ طبعی موت مختلف لوگوں میں مزاج کے اختلاف کے مطابق ہوتی ہے''۔

دوسری جگہ اس مسئلہ پر مزید روشنی ڈالتے ہوئے ابن سینا رقم طراز ہے ''یہاں یہ امر بھی قابل غور ہے کہ انسان اتنے عرصہ تک جو زندہ رہتا ہے اس کی وجہ یہ نہیں کہ اس شخص کی ابتدائی ودیعت کردہ رطوبت غریزیہ جو استقرار نطفہ کے وقت اس کو سونپ دی جاتی ہے، ماحولی حرارت اور اس بدنی حرارت کا جو پیدائشی طور پر اس میں موجود ہوتی ہے یا بعد میں حرکات اعضا کے باعث پیدا ہوتی رہتی ہے، اپنی قلت مقدار کے باوجود قوت کے ساتھ مقابلہ کرتی رہتی ہے، بلکہ اس کا سبب یہ ہوتا ہے کہ جس قدر رطوبت غریزہ، حرارت غریزہ، ماحولی حرارت اور حرکات اعضا سے فنا ہوتی رہتی ہے، اس کا بدل وعوض ایک حد تک اگرچہ غذا وغیرہ کے ذریعہ بدن میں حاصل ہوتا رہتا ہے مگر چونکہ یہ بدل وعوض تحلیل کے مطابق پورا نہیں ہوتا بلکہ کچھ کم ہوتا ہے، لہذا اصلی رطوبت غریزیہ میں سے بھی روزانہ کچھ نہ کچھ حصہ فنا ہوتا رہتا ہے، یہاں تک کہ وہ زمانہ آجاتا ہے جب رطوبت غریزیہ رفتہ رفتہ بالکل فنا

ہو جاتی ہے اور اس کے فنا ہونے سے حرارت غریزیہ بھی فنا ہو جاتی ہے رطوبت وحرارت غریزیہ کے اس عمل فنا و تحلل کا نام اصطلاح میں طبعی موت رکھا گیا ہے''۔

ابن سینا نے یہ بھی واضح کیا ہے کہ حفظ صحت کا کام یہ نہیں ہے کہ انسان پر موت نہ طاری ہونے دے یا اسے بیرونی آفات سے بچائے۔ اس کا تعلق بنیادی طور پر دو امور سے ہے۔

۱۔ رطوبت غریزیہ میں حتی الامکان نقص وفساد نہ پیدا ہونے دے۔

۲۔ رطوبت غریزیہ اور حرارت غریزیہ کو جلد از جلد تحلیل وفنا ہونے سے بچائے۔

درجہ بالا بیان سے یہ وضاحت ہوتی ہے کہ طب یونانی میں بڑھاپے اور موت کے سلسلہ میں دو باتوں کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ ایک رطوبت غریزیہ کی حفاظت دوسرے حرارت غریزی کی تقویت۔

یونانی طب میں حرارت ورطوبت کو زندگی سے متصف قرار دیا گیا ہے۔ مزاج، اخلاط، شخصیت، عمر، موسم، علاقہ سب میں حار رطب مزاج کو اہمیت حاصل ہے۔ یہ مزاج زندگی سے سب سے زیادہ قریب ہے۔

ابن سینا نے بدن میں حرارت وتسخین پیدا کرنے والے درج ذیل اسباب بیان کئے ہیں۔ اس کے خیال میں یہ وہ اسباب ہیں جو بدن میں حرارت کی افزودگی کا باعث ہیں۔

۱۔ معتدل مقدار کی غذا

۲۔ معتدل مقدار کی حرکت وریاضت

۳۔ دلک معتدل

۴۔ غمِز معتدل یعنی اعتدال کے ساتھ بدن اور اعضاء کو دبانا، مٹھی بھرنا۔

۵۔ بغیر پچھنہ کے سینگھیاں (جو سینگھیاں پچھنوں کے ساتھ لگائی جاتی ہیں، ان میں خون خارج ہونے کی وجہ سے حرارت کے بجائے برودت پیدا ہوتی ہے)

۶۔ گرم غذاؤں کا استعمال

۷۔ گرم دواؤں کا استعمال

۸۔ معتدل حمام

۹۔ صناعت مسخنہ، ایسے پیشے جن سے بدن میں حرارت آئے

۱۰۔ گرم چیزوں کا بدن سے ملنا جیسے گرم ہوا، گرم طلا، گرم ضماد، گرم ٹکور

۱۱۔ معتدل طور پر جاگنا

۱۲۔ معتدل طور پر سونا

۱۳۔ ہم، غور وفکر بشرطیکہ زیادتی نہ ہو۔ اس کی زیادتی برودت کا باعث ہوتی ہے۔

۱۴۔ غصہ ہر صورت میں حرارت پیدا کرتا ہے، خواہ کم ہو یا زیادہ

۱۵۔ معتدل درجہ کی خوشی

۱۶۔ جلد کا تکاثف (مسامات کا تنگ ہونا) جن سے بخارات اندر اکھٹے ہو کر بدن کو گرم کر دیتے ہیں۔

درج بالا بیانات کی روشنی میں واضح ہوتا ہے کہ طب یونانی میں بڑھاپے کے تین بڑے سبب (Aeging factors) قرار دیئے گئے ہیں۔ ۱۔ مزاج کی برودت و یبوست، جو عمر کے ساتھ بڑھتی جاتی ہے جب کہ زندگی کے لئے حرارت و رطوبت ضروری ہے۔

۲۔ ضعف حرارت غریزی یعنی بدن کی طبعی حرارت کا کمزور ہو جانا۔

۳۔ تیسرے ضعف قویٰ۔ جس کی وجہ سے جسم کے مختلف اعضاء میں ضعف لاحق ہوتا ہے اور امراض گھیرتے ہیں۔

انہی اسباب کے لحاظ سے بڑھاپے کو دور رکھنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ اور ان تدبیروں سے کام لیا جاتا ہے جو مزاج، طبعی حرارت اور بدنی قویٰ کو توانائی بخشیں۔

انسانی بدن میں ٹوٹ پھوٹ، شکست وریخت کا عمل اور استحالی تبدیلیاں اور دوسرے تغیرات مسلسل جاری رہتے ہیں۔ طبعی طور پر بڑھاپے کے وقوع کو روکنا طبی سائنس

کے لئے ہمیشہ چنوتی بنا رہے گا۔ اس کے اسباب وعوامل اور ان محرکات پر بہت تفصیل سے یہاں لکھنے کی ضرورت نہیں ہے۔ طب میں پہلے بھی اور آج بھی دو لحاظ سے اس پر خصوصی توجہ دی گئی ہے۔ ایک یہ کہ اس عمل کو تیزی سے روکنے کے لئے کیا اقدامات عمل میں لائے جا سکتے ہیں، اور وہ کونسی تدبیریں اور احتیاطیں ہیں جو بڑھاپے کی رفتار کو سست بنانے میں معاون ہوسکتی ہیں۔ دوسرے بڑھاپے کی بیماریوں سے تحفظ، تدارک اور علاج کا اہتمام۔

طبی تدابیر وعلاج کا مقصد بڑھاپے کو مستقل طور پر روکنا یا موت کو ٹالنا نہیں، بلکہ انسان کو صحت وعافیت کے ساتھ زندہ رکھنا اور بڑھاپے کے عمل کو آہستہ کرنا ہے۔ تدارک وتحفظ کے علاوہ دوسرا مقصد بڑھاپے میں لاحق شدہ بیماریوں کا علاج اور ان کا مداوا ہے جس کی طب میں کوشش کی جاتی ہے۔

بڑھاپے کے امراض، بڑھاپے میں مختلف نظام ہائے بدن کے افعال میں خلل اور کمی، مخصوص امراض کی قبولیت کی استعداد اور وہ گراوٹیں جو اس عمر کا لازمی تقاضہ ہیں، معالجات کے تحت انہیں ایک علیحدہ اور مستقل موضوع کی حیثیت حاصل ہے۔ اور یہاں ان سے بحث نہیں کی گئی ہے۔

عین الحیوٰۃ طب میں بلحاظ موضوع پہلی مستقل کتاب ہے جس میں حرارت غریزی کو قوی اور عمر بڑھانے والی نیز عمر وحرارت غریزی کو کم کرنے والی دوائیں اور تدابیر بیان کی گئی ہیں۔

مصنفِ کتاب کے لئے یہ بڑے اعزاز کی بات ہے کہ اب سے ۵۰۰ برس پہلے اس نے بڑھاپے (geriatric) کے موضوع کو وہ اہمیت دی جو آج اسے حاصل ہو رہی ہے۔ اس موضوع کی یہ اولین کتاب ہے جو کسی بھی مروجہ طب میں لکھی گئی ہے۔

مصنف کتاب محمد بن یوسف ہروی (وفات ۹۴۹ھ/۱۵۴۲ء) مغلیہ عہد کے ابتدائی ترین طبیبوں میں ہے۔ یہ بابر (وفات ۹۳۷ھ/دسمبر ۱۵۳۰ء) کے ہمراہ ۹۳۲ھ

۱۵۲۶ء میں ہرات سے ہندوستان آیا۔ ہرات اور خراسان کے اکابر اطبا میں اس کا شمار تھا۔ ہندوستان میں مغل دربار سے وابستگی کی وجہ سے یہاں بھی ممتاز رہا۔ مغل عہد کی ابتدا میں ایران سے اطباء کی آمد کا وہ سلسلہ شروع نہیں ہوا تھا، جو اکبر کے عہد سے ہوا۔ بابر اور ہمایوں کے زمانہ میں اطبا ہرات، سمرقند، بخارا اور وسط ایشیا کے دسرے شہروں سے آئے۔ ان میں میر نظام الدین علی خلیفہ، محمد بن یوسف ہروی، یوسف بن محمد بن یوسف ہروی معروف بہ مولانا یوسفی، حکیم ابو البقا، خواجہ خاوند محمود جیسے نامور طبیب ہیں۔ خاندان شریفی کے بزرگوں کا بھی اسی ارض علم وفن سے تعلق تھا۔

محمد بن یوسف ہروی طب میں دو کتابوں کا مصنف ہے۔ ایک بحر الجواہر جو مشہور طبی لغت ہے اور متعدد بار شائع ہو چکی ہے۔ یہ کتاب ہرات میں لکھی گئی ہے۔ اور وہاں کے علم دوست وزیر ظہیر الدین محمد امیر بیگ کے نام معنون ہے، جس کے لئے بڑے القاب و آداب کے الفاظ استعمال کیے گئے ہیں۔ اس کے دیباچہ میں اس نے بلاد خراسان اور ہرات کی تباہی و بربادی اور وہاں کے باشندوں کی ہلاکت کا دلدوز طور پر تذکرہ کیا ہے۔ اور لکھا ہے کہ ان مصیبتوں و ہلاکتوں کے زمانہ میں اس کتاب کی تصنیف کو میں بھول گیا تھا۔ اور دل سے اس کا خیال نکال دیا تھا۔ لیکن وزیر موصوف کے حکم سے پھر اس کی طرف توجہ کی۔

اس کتاب میں یونانی و عربی زبانوں کے بیشتر ایسے طبی الفاظ ہیں، جو دیگر لغات میں دستیاب نہیں ہوتے ہیں۔ اس کے مطالعہ سے مصنف کے علم وفضل، عالی دماغی اور محنت کا اظہار ہوتا ہے۔ اس کے ماخذ میں اس نے الشفا، القانون اور اس کی شروح، القاموس، الدستور، الحاوی الکبیر، الموجز اور اس کی شروح۔ المنہاج (ابن جزلہ) الجامع، التقویم، المجموع اللغۃ، الینابیع، المہذب، المغرب، التاج، الدیوان، نزہۃ الارواح، عین الخلیل، الصحاح، الصراح کے نام لئے ہیں۔ ان کے علاوہ اس نے اپنے اساتذہ اور اپنے زمانہ کے دوسرے اطبا سے معلومات اخذ کی ہیں۔ ہندوستان میں اس کے متعدد قلمی نسخے دستیاب

ہیں۔ خدا بخش پٹنہ کے علاوہ رضا لائبریری رام پور میں اس کے ۶ خطی نسخے محفوظ ہیں جن میں قدیم نسخہ ۱۱۲۲ھ/۱۷۱۰ء کا مکتوبہ ہے۔

یہ کتاب ۱۸۷۲ء میں پہلی مرتبہ نول کشور لکھنؤ سے چھپی تھی۔ ۱۹۲۲ء میں مطبع نامی لکھنؤ سے بھی اس کی ایک اشاعت نکلی ہے۔ لیکن مطبع مجتبائی دہلی کی اشاعت سے پہلے اس کی تصحیح کا اہتمام نہیں کیا گیا تھا۔ مجتبائی اڈیشن کے آخر میں اندراج ہے کہ اس کتاب کی سابقہ مطبوعہ اشاعتوں اور قلمی نسخوں کے مقابلہ سے بہت سی غلطیوں کا اظہار ہوتا ہے۔ اس سلسلہ کی دلچسپ مثالوں میں ایک یہ ہے کہ مطبوعہ نسخہ میں ازار کے معنی لکھنے کے بعد اس کا مزاج حار یابس درجہ سوم درج کیا ہے اور لکھا ہے کہ بعض لوگوں نے اس کا یبس اس کی حرارت سے کم قرار دیا ہے۔ پاجامہ کے مزاج کے بیان سے زیادہ مہمل اور مضحکہ خیز بات کیا ہو سکتی ہے۔ اصل میں نسخہ میں ازار کے بعد لفظ اسارون ہے۔ اسارون کی عبارت حار یابس کو لفظ ازار کے ذیل میں ملا دیا۔ اور بغیر مقابلہ و موازنہ کے وہ چھپ گیا۔ اسی طرح کی متعدد غلطیاں اس میں موجود ہیں۔ مطبع مجتبائی نے سعی بلیغ کے بعد مطبوعہ و قلمی نسخوں کے موازنہ سے ایک صحیح نسخہ مرتب کرایا ہے۔ یہ باہتمام مولوی محمد عبدالاحد ۱۳۱۳ھ/۱۸۹۶ء میں شائع ہوا ہے۔ اس میں اردو ترجمہ بھی شامل ہے۔ ابن سینا اکاڈمی میں یہ اشاعت محفوظ ہے۔

حکیم محمد یوسف کی دوسری کتاب عین الحیوٰۃ ہے۔ یہ بھی زمانہ قیام ہرات کی یادگار ہے۔ اس کی تفصیل آگے آرہی ہے۔

تمام تذکرہ نگاروں نے اس کی صرف انہی دو کتابوں کے نام پیش کئے ہیں، لیکن مجھے دوران مطالعہ اسامی کتب کی مشہور کتاب کشف الظنون کے صفحات سے اس کی ایک اور کتاب تاریخ الہند کا پتہ چلا، جو ہندوستان کے مطالعہ کے نقطہ نظر سے خاص طور پر اہم ہے۔ غالباً اس کی کمیابی اس کی شہرت میں مانع رہی۔

محمد بن یوسف کا بیٹا یوسف بن محمد المعروف بہ مولانا یوسفی بھی صاحب تصنیف

طبیب اور قادر الکلام شاعر تھا۔ ایک روایت کے مطابق اپنے باپ کے ہمراہ اور دوسری روایت کے مطابق بعد میں بابر کی دعوت پر ہندوستان آیا۔ یہ مغل ہندوستان کا پہلا مصنف طبیب ہے۔ اس سے عہد مغلیہ میں طب میں تصنیف و تالیف کا سلسلہ شروع ہوا۔ اس کی طبی کتابوں فوائد الاخیار ۹۱۳ھ/۱۵۰۷ء جامع الفوائد معروف بہ طب یوسفی ۹۱۷ھ/۱۵۱۱ء کی تصنیف ہندوستان آنے سے قبل ہرات میں عمل میں آچکی تھی۔ لیکن دوسری سب کتابیں ہندوستان میں لکھی گئی ہیں۔ ان میں قصیدہ حفظ صحت بنام ہمایوں ۹۳۷ھ/۱۵۳۱ء دلائل البول ۹۴۲ھ/۱۵۳۵ء رسالہ ستہ ضروریہ بنام ہمایوں ۹۴۴ھ/۱۵۳۷ء دلائل النبض ۹۴۶ھ/۱۵۳۹ء ریاض الادویہ بنام ہمایوں ۹۴۶ھ/۱۵۳۹ء قصیدہ دربارہ مصطلحات ولغات ہندی (منظوم) رسالہ ماکول ومشروب ۹۶۴ھ/۱۵۵۶ء کے علاوہ بدیع الانشا ۹۴۰ھ/۱۵۳۳ء اور اشعار کے دو مجموعے لطائف النصائح اور قصائد یوسفی ہیں۔ رسائل یوسفی کے نام سے اس کے رسالوں کا جو مجموعہ شائع ہوا ہے، اس میں ریاض الادویہ کے علاوہ درج بالا طبی رسائل شامل ہیں۔

محمد بن یوسف ہروی کی تصنیف عین الحیوٰۃ المعروف کتاب المعمرہ ۹۳۹ھ/۱۵۳۲ء کی تحریر کردہ طبی ذخیرہ کی یکتا و منفرد کتاب ہے جو عمر بڑھانے اور بڑھاپے کو مؤخر کرنے کے موضوع پر لکھی گئی ہے۔

اگرچہ عام طور پر طب کی ہر بڑی کتاب میں تدبیر مشائخ کے عنوان سے الگ ابواب قائم کئے گئے ہیں۔ علی بن ربن طبری، محمد بن زکریا رازی، علی بن عباس، ابوسہل، ابن سینا، سید اسمٰعیل جرجانی جیسے سب مصنفین نے اپنی کتابوں میں اس کا التزام کیا ہے اور مشائخ کے مزاج، نبض، قارورہ، اغذیہ، اشربہ، حمام، دلک، ریاضت اور ان کے مخصوص امراض پر تفصیل سے لکھا گیا ہے، لیکن بڑھاپے کے سدباب اور اس کے تیزی سے بڑھتے ہوئے حملہ اور ان دواؤں اور تدابیر پر جو اس عمل کی رفتار کو سست کریں کوئی علیحدہ سے کام نہیں کیا گیا تھا۔

یہاں جملہ معترضہ کے طور پر نہیں بلکہ بطور اظہار یہ لکھنا ضروری ہے کہ دربار اودھ

کے مشہور طبیب اور بکثرت کتابوں کے مصنف شفاء الدولہ حکیم سید افضل علی خاں (وفات ۱۳۱۹ھ/۱۹۰۲ء بعمر ۸۲ برس) ابن سید اکبر علی فیض آبادی نے ایک کتاب واجد علی شاہ کی فرمائش پر سرچشمہ حیات (فارسی) کے نام سے لکھی ہے۔ یہ مطبع سلطانی لکھنؤ سے ۱۲۷۰ھ/۱۸۵۳ء میں طبع ہوئی ہے۔ اس میں بھی طول عمر کی علامتیں اور ان چیزوں کا بیان ہے جو عمر کو گھٹاتی اور بڑھاتی ہیں۔ عمر کم کرنے والی چیزوں کے ضرر کو دفع کرنے کی تدبیریں بھی بتائی گئی ہیں۔ شفاء الدولہ نے یقیناً یہ کتاب محمد بن یوسف کی عین الحیٰوۃ سے متاثر ہو کر لکھی ہے۔ موضوع اور عنوانات کی یکسانیت کے علاوہ نام بھی ترجمہ کے ذریعہ اس سے مستعار لیا ہے۔ میرا اندازہ ہے کہ شفاء الدولہ کے سامنے عین الحیٰوۃ کا وہ نسخہ رہا ہے جو مسیح الدولہ کے ذخیرہ میں تھا اور اب رضا لائبریری رامپور کی امانت ہے۔

عین الحیٰوۃ کے نام سے حکیم مبارک علی کا ایک فارسی مخطوطہ مولانا آزاد لائبریری علی گڑھ میں ہے۔ لیکن اس کا موضوع جدا ہے۔ اس میں طبی علاج کے ساتھ روحانی علاج بھی درج کیا گیا ہے۔

محمد بن یوسف کی عین الحیٰوۃ تین مقاصد پر مشتمل ہے۔ مقصد اول حرارت غریزی کی تحقیق، مقصد دوم حرارت غریزی کی تقویت اور عمر بڑھانے والی اشیا اور مقصد سوم حرارت غریزی کو کمزور اور عمر کم کرنے والی چیزوں کے بیان میں ہے۔ کتاب میں اس امر کی وضاحت کی گئی ہے کہ رطوبت اصلیہ اور حرارت اصلیہ ہی پر زندگی کا انحصار ہوتا ہے۔ اور انہی کے لحاظ سے عمر زیادہ اور کم ہوتی ہے۔

پوری کتاب میں ان دواؤں اور تدابیر کا یکجا طور پر بلحاظ حروف تہجی تفصیل سے ذکر کیا گیا ہے جو حرارت غریزی پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ ان میں مفرد دوائیں بھی شامل ہیں اور غذائیں بھی، تدابیر و اعمال کا بھی تذکرہ ہے اور دماغی، روحانی، اخلاقی و نفسیاتی طور پر بھی اسے مستحکم کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔

اس میں ۹۷ دواؤں کا بیان شامل ہے، جن میں ۸۸ مفرداورانوشدارو، برشعشا، تریاق کبیر، جلاب، جلنجبین، خمر، غالیہ، فالوذج، ماءاللحم، مثاث جیسی ۱۰ مرکب دوائیں شامل ہیں۔ اعمال وتدابیر میں ستہ ضروریہ ہوا، متعدل، غذاومشروب، حرکات وسکون بدنیہ، حرکات وسکون نفسانیہ، نیند و بیداری، استفراغ واحتباس اور دلک، ریاضت، حصر تنفس، رش الماء، کا تذکرہ کیا گیا ہے۔ اور ریح طیب، بلند مقامات کی رہائش، سیر وسفر، شکار، جماع، موسیقی، یہاں تک کہ سکوت، صحبت احباب، لقاء محبوب اور ادب کو بھی اس میں جگہ دی ہے۔ تینوں نسخوں میں بعض اس قسم کے عنوانات بھی قائم تھے۔ جیسے دعا، درود، احسان، شکر، سلام، صحبت سلطان عادل، صدقہ، صلہ رحم، عدل، اسی طرح بعض جگہ ناقلین نے غالباً اپنے ذوق سے بعض مذہبی واخلاقی باتیں نقل کی ہیں انہیں میں نے متن میں حذف کر کے یہاں مقدمہ میں خاص طور پر ان کا تذکرہ کرنا چاہا ہے۔

غرض مصنف نے استفراغ، تنقیہ بدن اور فضول مواد کے اخراج کے ساتھ بدنی قوتوں کو طاقت پہنچانے، بدن کی طبعی حرارت کو کمزور ہونے سے روکنے اور قوت مدبرہ، مناعت اور بدن کی اندرونی قوتوں کو ابھارنے اور امراض سے مقابلہ کے واسطے تیار کرنے کے لئے تمام ممکنہ ذرائع سے کام لینے کی کوشش کی ہے۔ ماحولیاتی اثرات کی اہمیت بھی مصنف کی نظر سے اوجھل نہیں رہی ہے۔ اس نے دھویں، بخارات، بدبو اور ماحول کی آلودگی وکثافت کے ساتھ بلند مقامات کی رہائش جہاں کی آب وہوا صاف ستھری اور آلائشوں سے پاک ہو، اسی طرح پانی کے تعلق سے تفصیل سے لکھا ہے۔

ان طبعی تدابیر اور HOLISTIC APPROACH سے بڑھاپے کے اثرات کو بڑی حد تک روکا جا سکتا ہے اور آخر تک غیر معذور زندگی گذاری جا سکتی ہے۔ عمر کے ساتھ عادتوں کی تبدیلی ضروری ہے۔ ان کا تعلق زندگی کے ہر شعبہ سے ہے۔ کھانے، پینے، ورزش اور روزمرہ کی زندگی کے تمام معمولات میں احتیاط لازم ہے۔ محاورہ ہے کہ بڑھاپا

خود ایک بیماری ہے۔ اور اس پر مستزاد بڑھتی عمر میں بیماریوں کا حملہ اور سلسلہ۔ پرہیز اور احتیاط کے ذریعہ اس سے بڑی حد تک بچا جا سکتا ہے۔

مقصد سوم میں عمر کم کرنے والے اسباب میں مصنف نے نفسانی حرکات، رنج و غم، غضب مفرط، فرح مفرط، خوف و خجالت جماع، بھوک، پیاس، حمام، تنگ و تاریک مکان، غذا، مشروبات، بدبو، سکون کی زیادتی، نیند و بیداری کی کثرت، قے، اسہال، احتباس و استفراغ، دیر ہضم ثقیل غذاؤں کے استعمال، تھکاوٹ والی ورزش، کم خوری یا پرخوری جیسے اعمال اور سودا اور بلغم پیدا کرنے والی چیزوں کے استعمال سے روکا ہے جو حرارت غریزی کی کمزوری اور عمر میں کمی کا باعث ہیں۔ سرسبزی و شادابی اور درختوں کی اہمیت پر آج جس قدر زور دیا جا رہا ہے، وہ اس دور میں بھی اسے حاصل تھی یہ بات دلچسپی سے خالی نہیں ہے کہ لوگوں کو ہرے بھرے درختوں کو کاٹنے سے باز رکھنے کے لئے مصنف نے عمر کم کرنے والی اشیا میں بے ضرورت سرسبز درختوں کے کاٹنے کو بھی شمار کرایا ہے۔

بہت خاص بات یہ ہے کہ مصنف نے محض حرارت غریزی کو بڑھانے اور کم کرنے اور مفرح و مقوی بدن جیسی اصطلاحات استعمال نہیں کی ہیں بلکہ بالکل آج کی زبان میں بولتے ہوئے وہ الفاظ استعمال کئے ہیں جو موجودہ زمانہ میں اس سلسلہ میں مخصوص ہیں، مثلاً افعی کے بیان میں لکھا ہے کہ اس کا گوشت شباب قائم رکھتا ہے اور عمر بڑھاتا ہے ''حفظ الحواس و الشباب واطال العمر''۔ بادیان کے بارے میں لکھا ہے کہ مخصوص دنوں میں اس کا مستقل استعمال عمر طبعی پر پہنچنے تک امراض سے بچاتا ہے اور مرتے وقت تک حواس کو صحیح طور پر قائم رکھتا ہے۔ طبری اور مالقی نے دودھ کے بارے میں لکھا ہے کہ اس کا استعمال بڑھاپے کے عمل کو سست کرتا ہے ''شربه واکله یبطی الهرم''۔ طبری نے اس ذیل میں دوسری جگہ کہا ہے کہ یہ بڑھاپے کو مؤخر کرتا ہے'' ابطاء شیبه جدا''۔ ہلیلہ کے بارے میں غافقی کے حوالہ سے ہے کہ یہ بڑھاپے کو بہت عرصہ تک روکتا ہے'' ومنع

ان یسرع الشیب"۔ دوسری جگہ مذکور ہے کہ یہ بڑھاپے کو جلدی نہیں آنے دیتا ہے۔ گائے کے دودھ کے بارے میں لکھا ہے۔ "لبن البقر یبطی الھرم"۔ زنجبیل کے بارے میں ابن سمجون کا بیان ہے کہ اگر بزرگ اسے استعمال کریں تو وہ جلدی بوڑھے نہیں ہوتے "اذااستعملہ المشائخ لم یھرموا بسرعۃ"۔ رنج وغم کے بارے میں ابن ہبل کا بیان ہے کہ یہ بڑھاپا جلدی لاتے ہیں "یسرع الشیب"۔ صاحب کشاف نے "یوم یجعل الولدان شیبا" کی تفسیر میں بتایا ہے کہ رنج وغم کا یہ اثر ہوتا ہے کہ انسان جلدی بوڑھا ہوجاتا ہے "اسرع فیہ الشیب"۔ اگر رنج وغم نہ ہوتے تو انسان عمر طبعی یعنی ۱۲۰ برس کی عمر تک پہنچتا۔ رازی نے لکھا ہے کہ بھوک کی حالت میں ریاضت اور استفراغ سے بڑھاپا جلدی آتا ہے "فان ذالک یسرع بالھرم"۔ مستقل شدید پیاس کے بارے میں بھی رازی نے لکھا ہے کہ یہ بڑھاپا جلدی لاتا ہے۔

عین الحیوٰۃ میں ادویہ قتالہ وسمیہ سے بچاؤ کی تدابیر کے ساتھ مسہلات کے نقصانات بیان کئے گئے ہیں اور بزرگوں کو تیز مسہل سے بچنے کی ہدایت دی گئی ہے۔ لیکن حقنہ کا ذکر نہیں کیا گیا ہے۔ جب کہ بزرگوں کے لئے مسہل ادویہ سے زیادہ اسے اہمیت حاصل ہے۔

اس میں اگر چہ ۹۸ دوائیں بیان کی گئی ہیں لیکن بعض ان دواؤں کا بیان اس میں شامل نہیں ہے جنہیں بڑھاپے کو دور رکھنے میں اہمیت دی جاتی ہے جیسے اسگند، برہمی، ستاور، منڈی، سلاجیت، گھونگچی، نکھچی۔ اس سے یہ واضح اشارہ ملتا ہے کہ طب یونانی میں ان دواؤں کا وسط ایشیا کے ملکوں میں استعمال نہیں تھا۔ انہیں ہندوستان میں رواج حاصل ہوا ہے۔

پھلوں اور سبزیوں میں سیب، انار، بہی، کرنب کا ذکر کیا ہے لیکن گاجر، چقندر، شلجم، پالک، کاہو کے نام نہیں لئے ہیں، جو موجودہ زمانہ میں اپنی افادیت واثر پزیری کی وجہ سے خاص طور پر مستعمل ہیں۔ یہ بھی اس امر کا اظہار ہے کہ مصنف کے عہد میں ان پھلوں اور سبزیوں نے اہمیت کا یہ درجہ حاصل نہیں کیا تھا۔

مصنف نے کتاب میں کئی جگہ اپنے علاجی واقعات اور ذاتی تجربات بیان کئے ہیں اور بعض روایتی باتوں کی تردید کی ہے۔ زمرد کے بارے میں عام طور پر مشہور ہے کہ سانپ کی آنکھیں اسے برداشت نہیں کرسکتیں اس نے خود تجربہ کرکے دیکھا اور اس کی تردید کی۔

کتاب میں ضمنی طور پر بعض ایسے کارآمد نکات اور بیانات کا اندراج ہے جو بالعموم دوسری کتابوں میں مذکور نہیں ہیں، یا بڑی کتابوں کے اوراق میں اس طرح گم ہیں کہ عام قاری کی نظر ان تک نہیں پہنچتی ہے۔ بعض بیانات ملاحظہ ہوں۔

صغر اور ہزال کلیہ کے لئے یونانی میں بہت کم دوائیں ہیں۔ کبوتر کے بچے کے گوشت کے بارے میں لکھا ہے کہ وہ گردہ کو موٹا کرتا ہے اور اس کا صغر دور کرتا ہے۔

کبوتروں کے درمیان رہنے اور ان کی بو اور سانس سونگھنے سے سکتہ، خدر، فالج اور چیچک کو فائدہ ہوتا ہے۔

دواء مسمن چاند کی روشنی کے دنوں میں استعمال کرنی چاہیئے۔

جالینوس کا بیان ہے کہ طبی علوم میں علم الاغذیہ سب سے نفع مند علم ہے۔ بعض مرتبہ غذا اور مشروب اسی طرح فساد اور خرابی پیدا کرتے ہیں جیسے مہلک زہر۔

افلاطون کا بیان ہے کہ اگر بخارات و دخانات نہ ہوتے (Pollution) تو انسان طویل عرصہ تک زندہ رہتا۔

دوسرے یونانی مصنفین کی طرح عین الحیوٰۃ کے مصنف نے بڑھاپے کے طبی مسائل اور اخلاقی قدروں کو اہمیت دی ہے۔ لیکن سماجی و معاشی پہلوؤں اور انسانی رشتوں اور رویوں پر گفتگو نہیں کی ہے۔ موجودہ زمانہ میں بزرگوں کے لئے معاشی حالات کے علاوہ احساس تنہائی اور بے اعتنائی خاص کر ترقی یافتہ ملکوں میں ایک بڑا مسئلہ ہے۔ قدیم زمانہ میں یہ کوئی توجہ طلب مسئلہ نہ تھا اور انہیں گھر کے مکھیا اور سب سے محترم و بزرگ خاندان کا درجہ حاصل تھا۔

اس میں شک نہیں کہ موجودہ زمانہ میں تعلیم، مرفہ حالی، طبی سائنس کی ترقی، حفظان صحت اور بچاؤ کی تدابیر، بہتر طبی سہولتوں کی فراہمی، معاشرتی وسماجی تبدیلیوں، سرکاری وغیر سرکاری سطح کے اقدامات، لوگوں کی صحت سے متعلق سوچ و بیداری، طرز زندگی اور کھانے پینے کے طور وطریق میں جو فرق آیا ہے، اس سے پہلے کے مقابلہ میں عمر کا تناسب Life span بڑھا ہے۔ واقعہ یہ ہے کہ بڑھاپے کے اثرات کو کم سے کم کرنے، اسے روکنے، اس کے عمل کو سست بنانے میں Life Style کی بڑی اہمیت ہے۔ اس وقت دنیا میں معمر اشخاص کی تعداد میں تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے اور نہ صرف ترقی یافتہ ملکوں میں بلکہ ترقی پزیر ملکوں میں بھی اس تناسب میں قابل لحاظ تبدیلی آئی ہے۔

بعض ملکوں کے بارے میں اطلاعات ہیں کہ چند برسوں میں وہاں ۶۰ برس کی عمر سے زیادہ لوگوں کی تعداد تقریباً ۶۰ فی صدی ہو جائے گی۔ بچوں کی پیدائش میں کمی کے علاوہ عمر میں اضافہ اس کا بڑا سبب ہے۔ یورپ اور امریکہ میں عمر کا تناسب ۷۵ برس ہے۔ ہندوستان میں آزادی سے قبل یہ تناسب جہاں ۴۰ فی صدی تھا اب بڑھ کر ۶۵ تک پہنچ گیا ہے۔

عین الحیٰوۃ کے چار خطی نسخے ہندوستان میں دستیاب ہیں۔ معلوم نہیں کس غلطی سے ۱۹۸۴ء میں خدا بخش پٹنہ کے زیر اہتمام طب مخطوطات سیمنار کے موقع پر میرے مضمون ''علی گڑھ کے نادر طبی مخطوطات'' کی آخری سطروں میں مولانا آزاد لائبریری اور ٹونک میں اس کتاب کے دو نسخوں کی موجودگی کا حوالہ چھپ گیا ہے۔ یہ یقیناً کہیں اور کی عبارت تھی جو کتابت کی غلطی سے اس جگہ نقل ہوگئی ہے۔ میرے علم کے مطابق ان دونوں ذخیروں میں اس کتاب کا کوئی نسخہ موجود نہیں ہے۔ چار دستیاب نسخوں میں ایک اسٹیٹ اورینٹل مینسکرپٹ لائبریری اینڈ ریسرچ انسٹی ٹیوٹ (آصفیہ) حیدرآباد، دو رضا لائبریری رامپور اور ایک ابن سینا اکاڈمی علی گڑھ میں محفوظ ہے۔ حیدرآباد کا نسخہ جو زیادہ قدیم نہیں ہے اور ۱۲۷۶ھ/۱۸۶۰ء کا مکتوبہ ہے، مجھے افسوس ہے کہ میں پوری کوشش کے باوجود اس کے

استفادہ سے محروم رہا۔

رضا لائبریری کے ایک نسخہ کا نمبر ۸۹۱۰ ہے اس نسخہ پر متعدد مہروں میں سے ایک قدیم مہر ۱۱۵۳ھ/۱۷۴۰ء کی لگی ہوئی ہے۔ یہ نسخہ مجد الدولہ عبد الاحد خاں کشمیری وزیر الممالک بہادر کے کتب خانہ میں رہا ہے۔ ترقیمہ موجود نہیں ہے۔

دوسرا نسخہ نمبر ۶۵۲ لکھنؤ کے مشہور طبیب مسیح الدولہ حکیم علی حسن خاں کی مہر سے مزین ہے۔ اس پر ان کے صاحبزادہ حکیم مظفر حسین خاں کی مہر اور دستخط بھی ثبت ہیں۔ اس کے آخر صفحہ پر محمد علی ریاضی (بن خیر اللہ منجم دہلوی) کا حاشیہ ہے، اس کے مطابق اس مخطوط کا اصل نسخہ سے موازنہ کیا گیا ہے۔ اس میں بھی ترقیمہ موجود نہیں ہے۔ لیکن دونوں نسخے بارہویں صدی ہجری کے نقل کردہ ہیں۔ اکثر مقامات پر ان کے موازنہ سے ظاہر ہوتا ہے کہ نسخہ نمبر ۸۹۱۰ نسخہ نمبر ۶۵۲ سے اخذ ہے لیکن بعض عبارتیں اس کی تردید کرتی ہیں۔ ان میں مؤخر الذکر نسخہ زیادہ قدیم اور اہم ہے۔ میں لائبریری کے افسر بکار خاص ڈاکٹر وقار الحسن صدیقی اور لائبریرین ڈاکٹر ابوسعد اصلاحی کا شکر گزار ہوں، جنہوں نے مجھے رامپور میں ان کے مطالعہ کی سہولتیں فراہم کیں۔

چوتھا نسخہ جو میرے ذاتی ذخیرہ میں تھا اور اب ابن سینا اکاڈمی علی گڑھ کی زینت ہے، اس میں بھی اگرچہ مکمل ترقیمہ موجود نہیں ہے، ترقیمہ کی تاریخ سے متعلق عبارت کرم خوردگی کا شکار ہے، لیکن یہ نسخہ ان دونوں نسخوں سے زیادہ قدیم ہے اس کے پہلے صفحہ پر ۲۸ ربیع الاول ۱۰۱۶ھ کی تاریخ کے ساتھ کسی کے دستخط تھے جو مٹا دیئے گئے ہیں۔ ایک اور مٹے ہوئے دستخط کے ساتھ تیسرا نام سید علی لکھا ہوا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ یہ کتاب مختلف لوگوں کی ملکیت رہی ہے۔ ان تینوں نسخوں میں کافی فرق پایا جاتا ہے۔ ابن سینا اور رامپور کے نسخوں میں سطریں، عبارتیں اور صفحے کے صفحے چھوٹے ہوئے ہیں۔ ایک دوسرے کی مدد کے بغیر تدوین کا کام بڑا مشکل تھا۔ ابن سینا کے نسخہ میں بعض جگہ عبارتیں بھی بے ربط ہیں

ایک عنوان کا مضمون دوسرے عنوان کے تحت درج ہے۔ اختلاف نسخ کی کثیر تعداد سے اس کا اندازہ کیا جا سکتا ہے۔ جن حضرات کا مخطوطات کی تدوین سے تعلق ہے وہ اس سلسلہ کی دشواریوں کو پوری طرح محسوس کر سکتے ہیں۔

مجھے امید ہے کہ بڑھاپے (GERIATRIC) کے موضوع پر کام کرنے والے محققین کو اس کتاب کے ذریعہ یونانی مواد سے استفادہ کا موقع ملے گا اور اس میں مذکور ادویہ پر تحقیق و مطالعہ کے ذریعہ ایسے مرکبات سامنے آئیں گے جن کے استعمال سے ANTIOXIDANTS کی طرح بڑھاپے کی رفتار کو سست کرنے میں مدد ملے گی اور جسم میں انجام پانے والے میکانکی اعمال کو ان سے تقویت حاصل ہوگی۔

ابن سینا اکاڈمی کے قدیم مطبوعات اور نادر طبی مخطوطات کے تعارفی و تدوینی منصوبہ کے ایک اہم حصہ کے طور پر اس کتاب کی اشاعت میرے لئے باعث مسرت ہے، امید ہے اس کی پزیرائی کی جائے گی۔

۳۰/اپریل ۲۰۰۷

ابن سینا اکاڈمی، علی گڑھ

سید ظل الرحمٰن

بسم اللہ الرحمن الرحیم

حرارت غریزی اور بقاء صحت کی تقویت کے لیے غذا سب سے زیادہ قوت بخش عنصر ہے۔ اور حمد وثنا ہے اس کی جو بہت شفا عطا کرنے والا ہے اور جس نے اپنی کتاب میں امراض کا باب کھولا ہے۔ اور ایسی دوائیں عطا کی ہیں جو تکلیف اور آسودگی کے زمانے میں صحت کی حفاظت کرتی ہیں۔ اور شکر ہے اس امر کا کہ زمین و آسمان میں کوئی چیز اس کے نام کے ساتھ ضرر رساں نہیں ہوتی۔ اور درود وسلام ہو رسولوں میں سب سے مکرم اور انبیاء میں سب سے افضل حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم پر اور ان کی آل واصحاب پر جنھوں نے ہدایت اور راہ راست میں ان کی اقتدا کی۔

بندہ ناتواں محمد بن یوسف طبیب ہروی عرض گزار ہے کہ جب توفیق الٰہی سے ایسے اسباب مہیا ہوئے اور اس کی عنایت سے تحقیقی کاموں کی راہ ہموار ہوتی نظر آئی تو میں نے اپنی بہترین کوششیں صرف کرتے ہوئے ایسی کتاب لکھنے کا ارادہ کیا، جس سے اعلیٰ وادنیٰ ہر طرح کے لوگوں کی ضرورت پوری ہو، تو میں نے محسوس کیا کہ وہ چیزیں جو حرارت غریزی کو تقویت بخشتی ہیں اور جن سے عمر اضافہ ہوتا ہے، ان کا بیان سب کی صلاح وفلاح کا باعث ہے۔ چنانچہ میں نے طب کی بہترین کتابوں خاص طور پر قانون، الحاوی، تذکرہ (اولی الالباب)، منہاج، مختارات سے ان کے متعلق مواد فراہم کیا اور جہاں مجھے ان کتابوں میں ضروری چیزیں نہیں دستیاب ہوئیں وہاں میں نے صاحب علم وعمل اطباء سے معلومات اخذ کرنے کی کوشش کی۔

یہ رسالہ تین مقاصد پر مشتمل ہے اور ہر مقصد کے تحت بہت سے نکات اور فوائد بیان کیے گیے ہیں۔

مقصد اول: حرارت غریزی کی تحقیق کے بیان میں۔

مقصد دوم: حرارت غریزی کو تقویت پہنچانے والی اور عمر کو بڑھانے والی چیزوں

کے بیان میں۔

مقصد سوم: حرارت غریزی کو کمزور اور عمر کم کرنے والی اشیاء کے بیان میں۔

میں نے اس کتاب کا نام ”عین الحیٰوۃ “یعنی ”سرچشمہ زندگی“ رکھا ہے۔اور اسے قبولیت کا وسیلہ بنانے کی کوشش کی ہے۔

مقصد اول

حرارت غریزی کی تحقیق کے بیان میں

معلوم ہونا چاہیے کہ زندگی ایک ایسی صفت ہے جو حس وحرکت کی متقاضی ہوتی ہے۔اس حس وحرکت کا ظہور حرارت غریزی کے واسطے سے ہوتا ہے۔حرارت غریزی ان افعال کی تکمیل کرتی ہے جن کی بدن کی بقا کے لیے حیوان ضرورت محسوس کرتا ہے۔مثلاً نفع مند چیزوں کا انجذاب، منافی چیزوں کا اندفاع اور امساک وہضم کا عمل۔ یہ چیزیں مادہ یعنی رطوبت غریزی کے بغیر انجام نہیں پاتی ہیں۔رطوبت غریزی ایک جسم رطب سیال ہے اس کو بدن سے وہی نسبت حاصل ہے جو تیل کو چراغ سے ہے۔جالینوس کے نزدیک وہ رطوبت اصلی ہے جو مرکب کا جزء ہے۔چنانچہ بدن میں حرارت غریزی کی موجودگی ہی کے لحاظ سے زندگی اور عمر زیادہ ہوتی ہے۔اور حرارت غریزی پر عمر کا انحصار ہوتا ہے۔اسی لئے حار مزاج لوگوں کو لمبی عمر کی خوشخبری دینے کے لئے کہا گیا ہے۔

یہ بھی معلوم ہونا چاہیے کہ حرارت ایک ایسی جنس ہے جس کی چار قسمیں ہیں۔

۱۔ حرارت ناریہ

۲۔ وہ حرارت جو ستاروں کی تاثیر سے مستفاد ہوتی ہے جیسے سورج کے اثر سے حاصل ہونے والی حرارت۔

۳۔ وہ حرارت جو حرکت کے نتیجہ میں پیدا ہوتی ہے۔

۴۔ وہ حرارت جو حیوان کے بدن کے اندر موجود ہوتی ہے اور جس کے باعث اس کی

زندگی با صورت قائم رہتی ہے۔ بدن میں یہ حرارت روح حیوانی میں پائی جاتی ہے اور یہی دراصل طبعی وغریزی حرارت ہے۔ یہ حرارت زندگی کے تعلق اور اس کی ابتدا سے فائز ہوتی ہے تاکہ یہ بدن کے لئے ایک آلہ کا کام کرے۔ اسے بدن کے دخان جیسی نسبت حاصل ہے۔ افلاطون نے اسے نارالہی کے نام سے موسوم کیا ہے۔

قرشی کا کہنا ہے کہ حرارت غریزی کے بارے میں قدیم اطباء کے یہاں اختلاف پایا جاتا ہے۔ بعض نے اسے مزاج روح حیوانی سے تعبیر کیا ہے۔ بعض نے اسے پورے بدن کا مزاج قرار دیا ہے۔ بعض کے مطابق وہ حرارت ناری عنصری ہے، اور بعض کا خیال ہے کہ وہ حرارت غریبہ کی قسم سے ہے، چنانچہ اگر وہ معتدل ہے تو طبعی اور غریزی ہے اور اگر اعتدال سے تجاوز کر جائے تو وہ غریبہ کہلاتی ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ حرارت ایک ہے لیکن مادہ غذا میں اس کے فعل نضج اور فعل دفع کی نسبت سے اسے حرارت غریزی کہتے ہیں اور مادہ میں اس کے فعل عفونت وفساد کی وجہ سے اسے حرارت غریبہ کہا جاتا ہے۔ لیکن یہ سب اقوال میرے نزدیک غلط ہیں اور میں ان سے متفق نہیں ہوں۔

جہاں تک پہلے اور دوسرے بیان کا تعلق ہے وہ اس لئے صحیح نہیں ہے کہ جب بھی حرارت غریزی کی قوت اور شدت میں اضافہ ہوتا ہے تو طبعی افعال کی قوت ورفتار بڑھ جاتی ہے۔ اس امر کو اسنان اور سال کے اوقات سے سمجھا جاسکتا ہے۔ بدن اور روح دونوں کا مزاج اس طرح کا نہیں ہے۔ چنانچہ ان میں سے ہر ایک میں جب حرارت وسخونت بڑھتی ہے تو ضرر ظاہر ہوتا ہے۔ روح کی زیادتی حمی یوم کا سبب بنتی ہے اور حرارت بدن کی زیادتی کی صورت میں حمی دق عارض ہوتا ہے۔

تیسرا قول اس لئے درست نہیں ہے کہ حرارت ناریہ کے آثار حرارت غریزیہ کے آثار کے مضاد ومخالف ہیں اور ان دونوں کی یہ مباینت ومخالفت حقیقت میں لازم ہوتی ہے۔

شرح مواقف میں سید نے لکھا ہے کہ جب حرارت غریبہ طاری ہوتی ہے تو وہ مزاج حیوانی کے اعتدال کو ختم کر دیتی ہے۔ حرارت غریزی اس کا پوری شدت سے مقابلہ کرتی ہے یہاں تک کہ سموم حارہ کو بھی حرارت غریزی کے سوا کوئی دوسری چیز دفع کرنے کی

صلاحیت نہیں رکھتی ہے۔ دراصل یہ طبیعت کا وہ آلہ ہے، جس سے روح کی تحریک سے بدن پر ہونے والے حار نقصانات دفع ہوتے ہیں۔ اسی طرح یہ مقاومت کی بنا پر بدن پر ظاہر ہونے والے نقصانات کا بھی ازالہ کرتی ہے۔ اس کے برخلاف برودت کا بارد چیزوں سے تنازعہ نہیں ہوتا بلکہ محض مضاد و مخالف ہونے کی بناء پر حرارت سے اس کا مقابلہ ہوتا ہے۔ چنانچہ حرارت غریزیہ رطوبات غریزیہ کو اس حیثیت سے گرم کرتی ہے کہ ان پر حرارت غریبہ کا غلبہ ہو جاتا ہے جیسے کہ حرارت ناریہ اپنی ماہیت میں ان کے مخالف ہوتی ہے۔

چوتھا بیان اس لئے درست نہیں ہے کہ افراط کی صورت میں حرارت غریزیہ کی حقیقت میں اگر چہ تغیر لاحق ہوتا ہے لیکن وہ اپنی نوعیت کے لحاظ سے غریبہ نہیں ہوتی ہے۔ اور نہ وہ اپنے اوّلی و اصلی فعل کے مخالف عمل کرتی ہے۔ بلکہ اس میں صرف زیادتی اور شدت لاحق ہو جاتی ہے۔

جہاں تک پانچویں بات کا تعلق ہے تو اس کے بارے میں یہ ہے کہ حرارت واحدہ جو مستحیل ہوتی ہے وہ مادہ واحدہ میں متباین اور مخالف افعال صادر کرتی ہے تو یہ ممکن نہیں ہے کہ اس سے فضلات میں عفونت، نضج اور اصلاح کا عمل انجام پائے۔ حق یہ ہے کہ یہ حرارت دوسری حرارتوں سے حقیقت میں مختلف ہوتی ہے۔ اور لفظ حرارت جو اس کے لئے اور غیر کے لئے مشترک نام کے بطور استعمال ہوتا ہے وہ ''جوہر حار لذیذ ہوائی'' ہے، جس میں نہ حدت ہوتی ہے اور نہ لذع، نہ احراق ہوتا ہے اور نہ تعفین وفساد۔ یہ بدن میں جان اور زندگی کی ابتدا کے وقت فائز ہوتی ہے اور اس کے خاتمہ کے ساتھ ختم ہو جاتی ہے۔ اطباء متاخرین میں سے اصحاب تحقیق کا یہی نظریہ ہے۔

یہ حرارت نہ صرف حیوان بلکہ نبات میں بھی موجود ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ انگور میں درخت پر عفونت نہیں لاحق ہوتی ہے جیسے کہ توڑنے کے بعد اس میں پیدا ہو جاتی ہے۔

نفس، جو ہر مجرد ہے بدن سے اس کا تدبیر و تصرف کا ایسا ہی تعلق ہے جیسا کہ حاکم کا کسی شہر سے ہوتا ہے۔ وہ بدن کی کوئی حالت نہیں ہے اس کے برخلاف نفس نباتیہ اور نفس حیوانیہ دونوں مادہ کی حالتیں ہیں۔

جاننا چاہئے کہ حار ذوالحرارۃ کو کہتے ہیں۔ اس کے لئے ایک جسم حامل کی ضرورت

ہے اور وہ جسم حامل رطوبت غریزیہ ہے جس سے حرارت غریزیہ کا وجود قائم ہے۔ اور جہاں تک حرارت کا تعلق ہے وہ ایک معروف کیفیت ہے۔ حار غریزی ایک جوہر ہے اور حرارت غریزیہ ایک عرض ہے کبھی یہ بڑھ جاتی ہے، چنانچہ کہا گیا ہے کہ دونوں ایک دوسرے کے متبع ہیں۔ جیسا کہ اس کے بڑھنے کی صورت میں کہا جاتا ہے کہ یہ آدمی معتدل یا بارد یا یابس اور رطب ہے۔

اور جب حرارت غریزی اپنے تمام افعال میں طبعیت کا آلہ ہے اور برودت کو طبعیت کے آلہ کی حیثیت حاصل نہیں ہے تو اسی لئے کسی اشتباہ کے بغیر حرارت غریزیہ کہتے ہیں۔ برودت غریزیہ نہیں کہتے۔ اسی طرح حرارت غریزی رطوبت میں عمل کرتی ہے اور یبوست اس کے منافی ہے۔ اسی لئے یہاں بھی رطوبت غریزیہ کہا جاتا ہے یبوست غریزیہ نہیں کہا جاتا۔

ہر بدن میں اس کی زندگی اور آخر عمر تک حرارت غریزی کا وجود ہوتا ہے۔ اسی لئے حار مزاج والوں کو طول عمر کی بشارت دی گئی ہے۔ فلاسفہ نے لکھا ہے کہ ہر حیوان کے لئے ایک اجل طبعی ہے۔ یعنی وہ موت جو رطوبت کے تحلل اور حرارت غریزی کے بجھاؤ کے باعث واقع ہوتی ہے۔ دوسرے اجل اختر امی ہے یعنی وہ موت جو آفات اور امراض کی وجہ سے عارض ہوتی ہے۔

فاضل علامہ (نجیب الدین سمرقندی) کا ارسطو کے حوالہ سے بیان ہے کہ جن لوگوں میں حرارت اور رطوبت کا غلبہ ہوتا ہے ان کی عمر لمبی ہوتی ہے اور جن لوگوں پر اسباب کے لحاظ سے برودت و یبوست طاری ہوتی ہے ان کی عمر کم ہوتی ہے۔ اگر کوئی شخص یہ کہے کہ کیا اجل طبعی کو کم یا زیادہ کیا جا سکتا ہے تو میرا کہنا ہے کہ حنین نے اپنے رسالہ ''فی امر الآجال'' میں اس پر بحث کی ہے اور بتایا ہے کہ عمر کو کم یا زیادہ کیا جا سکتا ہے۔

صاحب آثار البلاد کا بیان ہے کہ مصر میں اسکندریہ کے قریب مربوط نامی ایک گاؤں کے عجائب میں اس کے باشندوں کی طول عمری ہے۔ کسی شہر کے لوگوں کی عمر باشندگان مربوط سے زیادہ نہیں پائی جاتی۔ ان کا یہ بھی بیان ہے کہ غزنہ جو خراسان کے اطراف میں ایک وسیع ولایت ہے، اس کی خصوصیات میں بھی عمر کی طوالت اور امراض کی قلت ہے۔ وہاں کی زمین سے سونا نکلتا ہے اور سانپ، بچھو اور موذی حشرات نہیں پائے جاتے ہیں اور وہاں

کے اکثر رہنے والے دلیر ہوتے ہیں۔

قرآنی آیات اور احادیث رسول ﷺ سے بھی ثابت ہوتا ہے کہ عمر زیادہ یا کم کی جاسکتی ہے۔ آیت قرآنی ہے" لکل اجل کتاب یمحو اللہ مایشاء و یثبت "

محمد بن علی قیسی نے اس کی تفسیر میں لکھا ہے کہ اللہ نے جن چیزوں کا حکم دیا ہے ان میں سے جس کو وہ چاہتا ہے، منسوخ کر دیتا ہے۔ اور جس کو چاہتا ہے اسے باقی رکھتا ہے۔ اسی طرح اس نے جس کے لئے جو رزق اور موت کا جو وقت مقرر کر رکھا ہے اس میں جس کو چاہتا ہے مٹا دیتا ہے اور جس کو چاہتا ہے قائم رکھتا ہے۔

صاحب کشاف نے سورہ نوح کی تفسیر میں لکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ کے اس قول" ویو خر کم الی اجل مسمی "یعنی وہ معینہ اجل کو موخر کرتا ہے" کے متعلق اگر کوئی شخص یہ سوال کرے کہ جب اللہ تعالیٰ نے تاخیر اجل سے انکار کیا ہے تو پھر یہاں اسے مؤخر کرنے کی بات کیسے کی گئی ہے۔ یہ کھلا ہوا تناقض ہے۔ تو میں یہ عرض کرونگا کہ اللہ تعالیٰ کا یہ فرمان کہ اگر قوم نوح ایمان لاتی ہے تو اس کی عمر ایک ہزار سال ہوگی اور اگر وہ اپنے کفر پر باقی رہتی ہے تو وہ نو سو سال کی عمر میں ختم کردی جائے گی، تو ان کے لئے کہا گیا کہ ایمان لاؤ "یو خر کم الی اجل مسمی "تا کہ وہ تمہاری مقررہ عمر کو مؤخر کر دے اس وقت تک کے لئے جس کو اللہ نے معین کیا ہے۔ اور انہیں اس امر سے باخبر کیا ہے کہ وہ عمر کی اس انتہا کو پہنچیں گے جس میں پھر کوئی تجاوز نہیں ہوگا۔ اور وہ لمبا و متعینہ وقت ایک ہزار سال پر مشتمل ہے۔ پھر یہ خبر دی ہے کہ جب وہ معینہ وقت آجائے گا تو پہلے وقت کے مؤخر ہونے کی طرح اس میں کوئی تاخیر نہیں ہوگی۔ اور اس وقت تمہارا کوئی حیلہ کارگر نہیں ہوگا لہذا اس مہلت اور تاخیر سے جلدی فائدہ اٹھاؤ۔

اللہ تعالیٰ کے ایک اور قول" وما یعمر من معمر ولا ینقص من عمره الافی کتاب "لوح محفوظ میں جس کی جو عمر لکھی ہوئی ہے اس میں اللہ تعالیٰ کوئی کمی اور زیادتی نہیں کرتا" کی دوسری تاویل یہ ہے کہ لوح محفوظ میں درج نہ وہ کسی انسان کی عمر کو دراز کرتا ہے اور نہ کم کرتا ہے" (جب کہ پہلی آیت ویو خر کم الی اجل مسمی "میں اجل کے مؤخر ہونے کی بات کہی گئی ہے) لیکن لوح محفوظ میں یہ بھی لکھا ہے کہ اگر کسی آدمی

نے حج کیا یا غزوہ کیا تو اس کی عمر چالیس سال ہوگی اور اگر حج اور غزوہ دونوں کیے تو اس کی عمر ۶۰ برس ہوگی ان دونوں باتوں کو جمع کرنے والا ۶۰ برس کی عمر کو پہنچے گا اور جوان میں سے ایک پر عامل ہوگا اس کی عمر ۴۰ برس سے متجاوز نہیں ہوگی۔ اور اس کی عمر اس حد سے کم یعنی ۶۰ برس سے کم ہوگی۔

قاضی نے کہا ہے کہ قضا کی دو قسموں میں ایک جازم ہے جس مین رد اور تعویق نہیں پائی جاتی۔ دوسرے معلق ''وھو ان یقضی اللہ امرا کان مفعولا مالم یردہ عا یق و ذالك العائق لو وجد کان ذالك ایضا قدر امقضیا ''اللہ تعالیٰ کے اس قول ''فاذا جاء اجلھم '' کہ جب ان کی موت کا وقت آ جائے'' کے معنی کے بارے میں کہا گیا ہے کہ جب موت وقت سے پہلے آئے تو اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ موت کے وقت میں کمی اور زیادتی ہوسکتی ہے۔ اس مقام پر تحقیق یہ ہے کہ بیشک اللہ تعالیٰ زیادہ جانتا ہے کہ زید ۵۰۰ سو برس کی عمر میں مرے گا اور یہاں یہ ناممکن ہے کہ اس کی موت اس سے پہلے یا اس کے بعد واقع ہو۔ لہذا یہ ممکن نہیں ہے کہ لوگوں کی اموات میں زیادتی اور کمی کا علم اللہ کو نہ ہو۔ یہاں یقینی طور پر زیادتی کی تاویل کا تعلق موت یا اس کے علاوہ تمام قبض ارواح سے ہے۔ اور انہیں قبض کرنے کا حکم ایک متعینہ وقت میں محدود ہے پس اللہ تعالیٰ اس کا حکم دیتا ہے یا وہ لوح محفوظ میں قلمبند ہے۔ اس میں جو کمی اور زیادتی ہے اس سب کا علم اس کے پاس ہے۔ یہ اللہ تعالیٰ کے اس قول ''یمحو اللہ مایشاء ویثبت وعندہ ام الکتاب '''' اللہ تعالیٰ جس چیز کو چاہتا مٹا دیتا ہے اور جس چیز کو چاہتا ہے باقی رکھتا ہے اور وہ لوح محفوظ میں ہے'' کے مطابق ہے جس کا ہم نے مجمل طور پر اس آیت ''ثم قضا اجلا و اجل مسمی '' کے تحت ذکر کیا ہے۔ یہاں اجل اول سے مراد لوح محفوظ اور ملک الموت اور اس کے معاونین ہیں اور اجل دوم سے مراد اللہ تعالیٰ کا یہ قول وعندہ ام الکتاب اور یہ قول اذاجاء اجلھم لایستا خرون ساعۃ ولا یستقد مون'' ہے۔

جہاں تک احادیث کا تعلق ہے تو حضور کا فرمانا کہ ''صدقہ اور صلہ رحمی اگر ثواب کی خاطر ہو تو یہ دونوں عمر کو بڑھاتے ہیں'' اس سلسلہ میں بڑا اہم ہے۔

آنحضرت نے حضرت انس کے لئے لمبی عمر کی دعا فرمائی ہے اسی طرح انہوں نے

قیس بنت محصن ہمیشرہ عکاشہ کو طول عمر کی دعا دی ہے۔ اگر عمر میں درازی واقع نہ ہوتی تو آپ ﷺ ان دونوں کو لمبی عمر کی دعا نہ دیتے۔

لوگوں کی زبان سے اس قسم کے کلمات کی ادائیگی سے کہ اللہ تعالیٰ تمہاری عمر دراز کرے، اللہ تعالیٰ تمہاری عمر لمبی کرے۔ اللہ تعالیٰ تمہیں دیر تک زندہ رکھے اور اسی طرح کے دوسرے دعائیہ جملوں سے بھی اس کی تائید ہوتی ہے۔

سید اصیل الدین نے اپنی مشہور کتاب ''حصن الحصین'' میں لکھا ہے کہ اگر کوئی شخص یہ کہے کہ چونکہ تقدیر تغیر پزیر نہیں ہے اور بنی آدم میں سے ہر فرد کی میعاد عمر مقرر ہے اور خلق عالم پر تقدیر کے مطابق فیصلوں کا نزول ہوتا ہے تو ان احادیث کے مضمون کی صحت کے بارے میں کیا حکم لگایا جاسکتا ہے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ ''اجل مسمی یعنی وقت معین'' میں کوئی تبدیلی متصور نہیں ہے۔ اذا جاء اجلھم لا یستاخرون ساعة ولا یستقدمون وکل شی عنده باجل مسمی ''اور جب وقت آجاتا ہے تو ایک لمحہ کے لئے بھی وہ آگے پیچھے نہیں ہوتا اور اس کے یہاں ہر چیز معینہ وقت کے تحت ہے'' لیکن اجل مقدر میں محو اثبات واقع ہوتا ہے جیسے کہ قول العدل وفصل الخطاب میں کہا گیا ہے'' یمحوا الله مایشاء ویثبت وعنده ام الکتاب ''اسباب ومسببات کا تعلق بھی تقدیر الٰہی سے قائم ہے۔ اس مشکل کو عالم محسوس میں اس مثال سے آسان کیا جاسکتا ہے کہ چونکہ تقدیر ربانی وقضاء سبحانی یہ ہے کہ انسان اپنا پیٹ بھرے اور آسودگی حاصل کرے۔ اس کے لئے وہ غذا حاصل کرنے کی سعی کرتا ہے اور اس کی کوشش سے اسے غذا میسر ہوتی ہے اور وہ اپنے پیٹ کی بھوک مٹاتا ہے، اس میں شک نہیں کہ یہ سب بھی تقدیر الٰہی سے واقع ہوتا ہے۔

صاحب تحفۃ الغرایب نے لکھا ہے کہ ایک مرتبہ کسریٰ کے دربار میں ذکر ہوا کہ ہندوستان کے ایک پہاڑ میں ایک ایسا درخت ہے جس کا پھل کھانے سے مردہ زندہ ہوجاتا ہے اور موت واقع نہیں ہوتی ہے۔ اس نے اس پہاڑ، درخت اور اس بات کی صحت کا پتہ لگانے کے لئے ایک شخص کو بلاد ہند روانہ کیا۔ اس نے ہندوستان پہنچ کر تفتیش شروع کی اور وہ بعض راہبوں سے ملا۔ ایک راہب نے بتایا کہ حکماء کے کلام میں سے یہ ایک رموز اور اشارہ

وکنایہ میں کہی گئی بات ہے۔اس میں پہاڑ سے مراد عالم اور درخت سے مراد اس کا علم ہے۔ پھل سے مراد اس کے علم کا فائدہ ہے اور زندگی سے مراد آخرت کی زندگی ہے۔کسریٰ نے یہ سننے کے بعد کہا کہ ہندی عالم نے سچ کہا۔

مقصد دوم

حرارت غریزی کو قوت دینے اور عمر بڑھانے والی اشیا کے بیان میں

حرف الف

آلسن

جالینوس نے کہا ہے کہ اگر اسے کسی گھر میں لٹکائیں تو یہ اس کے مکینوں کی صحت کی حفاظت کرتا ہے۔

کتاب التذکرہ میں ہے کہ اگر اسے سرخ اون کے ٹکڑے میں باندھ کر کوئی شخص اپنے سر پر رکھے تو اسے ہر دلعزیزی اور لوگوں کی محبت حاصل ہوتی ہے۔

مالقی کا بیان ہے کہ اس کا جوشاندہ پینے سے بخار کے علاوہ طاری ہونے والا لرزہ رک جاتا ہے۔

آس

مقوی حرارت غریزی ہے۔اس کے پانی کے ضماد سے یا اس کی خوشبو سونگھنے سے دماغ طاقت ور ہوتا ہے۔ اس کا جوشاندہ مزمن اسہال رفع کرتا ہے۔ ابتدائی زمانہ میں دردناک مفاصل پر اس کے جوشاندہ کا نطول درد کو تسکین دیتا ہے۔اس کا قطور کان کو قوت اور اس کے درد کو سکون دینے میں مؤثر ہے۔اگر اسے خوب باریک کر کے ٹوٹی ہوئی جگہوں پر چھڑکیں تو انہیں جوڑنے میں اس سے مدد ملتی ہے۔اس کے جوشاندہ یا رس کے پانی سے سر دھونے سے بال مضبوط ہوتے ہیں اور ان کا ٹوٹنا اور گرنا رک جاتا ہے۔اگر جو کے آٹے

کو اس کے نچوڑے ہوئے پانی میں گوندھ کر آنکھوں کی کمزوری کی صورت میں ضماد کریں تو آنکھ کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ اس کے خوب باریک خشک سفوف کے چھڑکنے سے داخس کو فائدہ ہوتا ہے۔

مزاج: پہلے درجہ میں بارد اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔ اس کے تخم مرکب القویٰ ہیں۔ اس لیے کہ ان کا ذائقہ بکھٹا، تلخ اور شیریں ہوتا ہے۔ ان کی حلاوت کھانسی کو اور ان کی عفوصت اسہال کو فائدہ دیتی ہے اور ان کی تلخی ادرار بول کرتی ہے۔

ابریشم

مقوی حرارت غریزی ہے۔ کھانے اور پہننے دونوں صورتوں میں وہ یہ فعل انجام دیتا ہے۔ مفرح، مقوی بدن اور نافع خفقان ہے۔ یہ روئی کی طرح تسخین نہیں پیدا کرتا ہے۔ اس کے استعمال کی بہترین شکل مقرض ہے۔

ادب

عمر میں اضافہ کا باعث ہے۔ بعض فضلا نے کہا ہے کہ ان امراء پر تعجب ہے جو مؤدب تھے مگر نوجوانی میں فوت ہو گئے۔ ایسے ہی ان امراء پر تعجب ہے جو مؤدب نہیں تھے مگر وہ بڑھاپے کی عمر تک پہنچے۔

سید شریف نے لکھا ہے کہ ادب روزمرہ کی زندگی میں حسن احوال، حسن اخلاق اور پسندیدہ خصلتوں کے اجتماع کا نام ہے۔ کہا گیا ہے کہ ادب بہترین اطاعت اور فرمانبرداری ہے کیا یہ دیکھنے میں نہیں آتا کہ انسان معصیت سے نہیں ترک ادب سے کفر کا ارتکاب کرتا ہے۔

بعض مشائخ نے کہا ہے کہ جو شخص اہل علم کی تحقیر کرتا ہے اس کی عمر کم ہو جاتی ہے۔ افلاطون کا کہنا ہے کہ اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہے کہ وہ دوسروں سے برابر محبت کرتا رہے اور دوسروں کی محبت اسے ہمیشہ حاصل ہو تو اسے حسن ادب اختیار کرنا چاہیے۔ کہا جاتا ہے کہ کسی

بھی چیز کی کثرت اسے بے قیمت اور ہلکا بنا دیتی ہے سوائے ادب کے، جس کی زیادتی اسے اور بیش قدر کرتی ہے۔ روایات کے مطابق تین قسم کے افراد کسی جرم کے بغیر عام لوگوں کی ناپسندیدگی اور غصہ کا باعث ہوتے ہیں۔ ایک بہت کھانے والا دوسرا بخیل اور تیسرا بے ادب۔ حضرت علی کا فرمانا ہے کہ شرف علم اور ادب سے حاصل ہوتا ہے نہ کہ حسب ونسب سے۔

ارز

چاول مقوی حرارت غریزی اور مبہی و مسمن بدن ہے۔ عمر میں اضافہ کرتا ہے اسی لئے حکماء ہند نے اسے غذا کے طور پر اختیار کیا ہے۔ اس کے استعمال سے بول و براز اور ریاح میں کمی لاحق ہوتی ہے۔ اچھے خواب نظر آتے ہیں۔ شدت کے ساتھ نہیں بلکہ مناسب طور پر قبض پیدا کرتا ہے۔ اگر سرخ چاول کو دھویا نہ جائے تو اس سے بہت قبض شکم ہو جاتا ہے۔ فارسی چاول یعنی سفید چاول کی بھی یہی تاثیر ہے۔

صاحب جامع نے لکھا ہے کہ اس کے آٹے کو بہت رقیق کر کے بکرے کے گردہ کی چربی کے ساتھ خوب پکائیں تو یہ اسہال کی زیادتی اور اس سے پیدا شدہ آنتوں کی سحج اور خراش کو فائدہ دیتا ہے۔

مزاج: نجیب الدین سمرقندی نے لکھا ہے کہ اس کے یبس پر لوگوں کا اتفاق ہے۔ حرارت کے بارے میں بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ یہ پہلے درجہ میں حار ہے، اس کو قریب الاعتدال بھی کہا گیا ہے۔ ابن سینا نے حار یابس بتایا ہے۔ اس کا یبس اس کی حرارت سے زیادہ ظاہر ہے۔ کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ یہ گیہوں سے زیادہ حار ہے۔

صاحب منہاج نے اسے دوسرے درجہ میں بارد یابس قرار دیا ہے۔ لیکن حق یہ ہے کہ یہ حار ہے اور اس کی حرارت پر دو وجہ سے استدلال کیا جا سکتا ہے ایک اس کا ذائقہ اور دوسرے اس کی تاثیر و خاصیت۔ جہاں تک ذائقہ کے لحاظ سے استدلال کا تعلق ہے تو وہ اس کی حلاوت ہے۔ اور فعل و تاثیر کے لحاظ سے یہ ہے کہ یہ گرم مزاج لوگوں کے بدن میں حرارت اور التہاب کا باعث ہوتا ہے۔

استفراغ واحتباس

استفراغ واحتباس اگر اعتدال سے ہو یعنی وہ چیزیں جن کا بدن سے نکلنا ضروری ہے جیسے فضلات جن کی بدن کو ضرورت نہیں ہے۔ ایسے ہی وہ چیزیں جن کا بدن میں رکنا ضروری ہے اور جن کی بدن کو اپنے تغذیہ کے لئے ضرورت ہے تو یہ دونوں مقوی حرارت غریزی، نافع بدن اور محافظ صحت ہیں۔ لیکن اگر استفراغ واحتباس میں افراط پیدا ہو جائے تو یہ دونوں قوتوں کو ضعیف کرتے ہیں۔

بقراط نے کہا ہے کہ ''استفراغ سے قبل غم واندوہ میں مبتلا ہونے سے بچو''۔

افعی

اطبا نے کہا ہے کہ جو لوگ سانپ کا گوشت کھاتے ہیں ان کی عمر لمبی ہوتی ہے۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا جو سانپ کا گوشت کھاتا تھا وہ سو برس زندہ رہا۔

ایلاقی نے لکھا ہے کہ جو شخص پابندی سے سانپ کا گوشت کھاتا ہے اس کا شباب قائم رہتا ہے۔

بقراط کا بیان ہے کہ سانپ کا گوشت کھانے والا سخت اور دشوار امراض سے محفوظ رہتا ہے۔

دیسقوریدوس: سانپ کا گوشت اگر پکا کر کھایا جائے تو بصارت تیز کرتا ہے، عصبی دردوں کو موافق ہے اور خنازیر کو اس کی زیاتی کے دنوں میں بڑھنے سے روکتا ہے۔

اس کے لئے اس کی کینچلی نکالیں اور اس کا سر اور دم کاٹیں اس لئے کہ یہ گوشت سے خالی ہوتے ہیں اور ان میں زہر موجود ہوتا ہے۔ اور یہ جو کہا جاتا ہے کہ ان کے اطراف تقدیر کے مطابق کاٹے جاتے ہیں تو یہ صحیح نہیں ہے۔

ابن سینا: اس کا گوشت قوت کو قوی کرتا، حواس اور شباب کی حفاظت کرتا اور عمر کو بڑھاتا ہے۔ اس کے کچے گوشت کو پیس کر اگر اس کے کاٹے کی جگہ پر رکھیں تو درد کو سکون دیتا ہے۔ اسی طرح داء الثعلب پر اس کے رکھنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

طبری: اگر خشک سانپ کو جلائیں اور اس کی خاک کو روغن زیتون میں ملا کر طلا کریں تو خنازیر کو تحلیل ورفع کرنے میں مجرب ہے۔

جالینوس: اگر بہت سے دھاگوں سے خصوصاً جنہیں ارغوانی رنگ میں رنگا ہو سانپ کا گلا گھوٹیں اور اس میں سے ایک دھاگا ورم لہاۃ وحلق کے مریض کی گردن میں لپیٹیں تو عجیب نفع ظاہر ہوتا ہے۔

سانپ کے سر کو گردن میں لٹکانے سے خنازیر کو شفا ملتی ہے۔ اگر عورت سانپ کی جلد کی دھونی لے تو مشیمہ یا مردہ بچہ یا جو پیٹ میں ہے وہ جلد خارج ہوتا ہے۔ یہ مجرب ہے۔

داء الثعلب میں اس کی خاکستر کے لطوخ سے بال اگتے ہیں۔

اترج

اترج کا مربیٰ مقوی حرارت غریزی ومقوی معدہ ہے۔ ابن سینا نے کہا ہے کہ اس کے چھلکے مفرحات تریاقیہ میں ہیں۔ اس خاصیت پر اس کی حرارت معین ہوتی ہے۔ یہ تیسرے درجہ میں حار یابس ہے۔ اس کے پتوں اور کلیوں میں بھی قریب قریب یہی خاصیت پائی جاتی ہے بلکہ یہ دونوں اس سے زیادہ لطیف ہیں۔

اترج کا نچوڑ ہوا پانی حار مزاج شخص کے قلب کو قوی کرتا ہے۔ اس کا شمار خفقان حار کو نفع پہنچانے والی چیزوں میں ہے۔ اس میں چونکہ تریاقیت پائی جاتی ہے اس لیے بچھو، جوں، قملۃ النسر (چھوٹی چیچڑی کی طرح کا کیڑا) اور سانپ کے کاٹے کو فائدہ دیتا ہے۔ یہ تیسرے درجہ میں بارد یابس ہے۔

تخم اترج سموم کے لئے ایک مشترک تریاق ہیں۔ ان کے تیسرے درجہ میں بارد یابس ہونے اور جوہر روح کو قوی کرنے کی بناء پر انہیں مقویات قلب میں شمار کیا گیا ہے۔ اور بعید نہیں ہے کہ ان میں جوہر روح کو منور اور روشن کرنے کی بھی صلاحیت ہو، اس معاملہ میں مربیٰ زیادہ بہتر ہے۔

مربی بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ پہلے اس کے چھلکے دور کریں اور اسے ایسے پانی

میں ڈبوئیں جس میں تھوڑا نمک بھی ملا ہوا ہو۔ پھر تین دن پانی میں ڈوبا رہنے دیں۔ اس کے بعد شیریں پانی سے خوب اچھی طرح دھو کر چاول کے ہمراہ اتنا پکائیں کہ گل جائے۔ پھر شہد یا شکر ملا کر خوب پکائیں۔ پھر کچے یا تازہ مٹی کے برتن میں بیس روز رکھیں تا کہ شہد یا شکر جذب ہو جائے۔

اترج کے پتے کپڑوں میں رکھنے سے کیڑا نہیں لگتا۔ اسی طرح اس کا زرد رقیق چھلکا اور عصارہ اگر آنکھ میں بطور سرمہ لگائیں تو جرب کو بہت فائدہ ہے۔

آملہ

عمر میں اضافہ کرتا ہے۔

قرشی: خون کی حرارت بجھاتا ہے قلب کو قوی اور توانا کرتا ہے۔ ذہن میں تیزی پیدا کرتا ہے۔ بالوں اور آنکھوں کی تقویت کا باعث ہے۔ اعصاب کو بہت فائدہ دیتا ہے۔ بھوک لگاتا اور معدہ کو پکانے میں مدد دیتا ہے۔ بال بڑھاتا ہے۔ سوادی وسواس ختم کرتا اور معدہ، مقعد، بواسیر اور فالج کو نفع دیتا ہے۔

شریف: پلانے اور لگانے دونوں صورتوں میں غثیان اور قے دور کرتا ہے۔

ابن سینا: آملہ ہلیلہ سے زیادہ بہتر ہے۔ بلغمی رطب مواد کو خشک کرنے اور پھپھوندی زائل کرنے کی وجہ سے بڑھاپے کو روکتا ہے۔ جریان خون بند کرتا ہے۔ اندرونی اعضاء اور خاص کر معدہ اور امعاء کو تقویت دیتا ہے۔ یہ بہت فیض بخش دواؤں میں ہے اور تقویت قلب میں عجیب خاصیت رکھتا ہے۔ زلق الامعاء میں مفید ہے۔

شریف: اس کی مقدار خوراک مفرد حالت میں ۱۰ گرام ہے۔ آملہ کے جوشاندہ میں حنا ملا کر خضاب کریں تو بالوں کو سیاہ کرتا ہے۔ اگر اسے پیس کر ہموزن شکر کے ساتھ تھوڑا سا روغن بادام ملا کر ۱۵ گرام نہار منہ گرم پانی سے کھائیں تو ضعف بصر کو فائدہ دیتا ہے اور جلا پیدا کرتا ہے۔ نیز سحج امعاء میں مفید ہے۔

اگر آملہ ۶ گرام کوٹ پیس کر شیریں پانی میں دو گھنٹہ بھگوئیں پھر نچوڑ کر صاف کر کے دوبارہ بھگوئیں اسی طرح تین مرتبہ کرنے کے بعد آنکھوں میں قطور کریں تو بیاض عین

کو نفع دینے میں مجرب ہے۔

ابن وافد: آملہ اور اس کے ہموزن زیرہ سیاہ کوٹ پیس کر شہد میں معجون بنائیں اسے چاٹنے سے بول فی الفراش کی شکایت رفع ہوتی ہے۔

مزاج: ابن سینا نے لکھا ہے کہ بعض لوگوں نے اسے حار کہا ہے۔لیکن اکثر اطباء کے نزدیک یہ بارد ہے۔اختلاف دراصل حرارت و برودت میں ہے۔لیکن اس کی یبوست پر سب کا اتفاق ہے۔

انوش دارو

مقوی حرارت غریزی ومقوی ومفرح قلب ہے۔رنگ کو نکھارتا ہے۔منہ اور پسینہ میں خوشبو پیدا کرتا ہے۔جگر کے لئے بہت نفع مند ہے۔اور اس میں کوئی ظاہری مضرت نہیں ہے۔دوسری معجونوں کے برخلاف جنہیں قبل غذا استعمال کیا جاتا ہے،اسے غذا سے قبل اور بعد دونوں وقت کھایا جاسکتا ہے۔

ترکیب تیاری: گل سرخ (ڈنٹھل کے بغیر) سعد ہر ایک ۱۵ گرام قرنفل، مصطگی، سنبل الطیب، اسارون ہر ایک ۱۰ گرام قرفہ، زرنب، زعفران، بسباسہ، ہیل خرد، جائے پھل ہر ایک ۷ گرام سب کو پیس کر ریشم کے کپڑے میں چھانیں اور ۴۲۰ گرام آملہ تین لیٹر پانی میں پکائیں، جب نصف پانی رہ جائے تو صاف کر کے اس میں ۴۲۰ گرام شہد ملا کر پھر پکائیں، یہاں تک کہ خوب گاڑھا ہو جائے پھر سب پسی ہوئی دوائیں اور تھوڑا مشک ڈال کر آگ سے اتار لیں۔ٹھنڈا ہونے پر مٹی کے تازہ برتن میں رکھیں۔مقدار خوراک ۶ گرام

ایرسا

ایرسا، سوسن آسمانجونی کی جڑ کو کہتے ہیں یہ مقوی حرارت غریزی وقلب ہے۔اسے اکھاڑنے کے بعد سایہ میں خشک کریں اور کتاں کے دھاگے میں پرو کر حفاظت سے رکھیں ۲۰ گرام کی مقدار میں ماء العسل کے ساتھ پینے سے غلیظ بلغمی کیموس اور مرہ صفرا کو بسہولت

خارج کرتا ہے۔ نیند لاتا ہے اور مڑوڑ کو فائدہ دیتا ہے۔

بقراط و جالینوس: اگر روزانہ ۳ گرام کھائیں تو زندگی بھر صحت کی حفاظت کرتا ہے۔ یہ منضج، مفتح اور ملطف ہے۔ ہڈیوں پر گوشت چڑھاتا ہے۔ بطور طلا کلف اور نمش کو زائل کرتا ہے۔ سینہ اور پھیپھڑے سے غلیظ اخلاط کا تنقیہ کرتا ہے۔ مدر بول و حیض ہے۔ اگر سانپ کے کاٹے کی جگہ پر ضماد کریں تو فائدہ کرتا ہے۔ مقدار خوراک ۳ گرام ہے۔ اسے اگر باریک پیس کر صلابات اور خنازیر پر طلا کریں تو یہ انہیں نرم کرتا ہے۔ سرکہ کے ہمراہ پینے سے کیڑے مکوڑوں کے کاٹنے کو اور طحال کے مرض کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کے جوشاندوں کی کلیوں سے دانت کے درد کو سکون ملتا ہے۔ اس کے جوشاندہ میں بیٹھنا رحم کے بارد درد اور بارد صلابت میں مفید ہے۔

اس کا روغن سرکہ کے ہمراہ تکان دور کرتا ہے اور نتھنوں کی بدبو زائل کرتا ہے۔ شراب میں اس کا خیساندہ تیار کر کے استعمال کریں تو یہ بہت جلدی نشہ لاتا ہے۔

بقراط: اگر انسان مہینہ میں کئی مرتبہ اسے استعمال کرے تو یہ بدن کی صحت اور قوت کی حفاظت کرتا ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ کے آخر میں حار یابس ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ پہلے درجہ میں ہے۔ مقدار خوراک ۳ گرام

حرف البا
بادرنجبویہ

مقوی حرارت غریزی اور مفرح قلب محزوں ہے۔ بادرنجبویہ فارسی نام ہے جس کے معنی ''اترجی خوشبو'' کے ہیں۔

اس کے خواص جلیلہ میں ہے کہ اگر کوئی شخص اس کے پتوں جڑوں اور بیجوں کو خشک کر کے کپڑے میں رکھ کر آبریشم کے دھاگے سے باندھے اور جیب میں رکھے تو وہ ہر دیکھنے والے کی نگاہوں میں مقبول و محبوب ہوتا ہے، اسے اپنے مقاصد میں کامیابی ملتی ہے اور وہ ہمیشہ مسرور اور شاداں رہتا ہے۔

رازی: نافع وحشت وغم ہے۔

غافقی: اس کے پانی کا طلا نملہ اور نار فارسی کا ازالہ کرتا ہے۔

اگر اس کے تخم ۲ گرام کھائیں یا اس کے پتوں کے پانی کا حمام کے درمیانی کمرہ میں طلا کریں تو شدید لرزہ اور بخار کی کپکپی دور کرتا ہے۔ اس کے کھانے سے دماغ، فم معدہ اور جگر قوی ہوتا ہے اور کابوس سے نجات ملتی ہے۔

ابن سینا: بادرنجبویہ ادویہ قلبیہ میں ہے۔ یہ دوسرے درجہ میں حار یابس ہے۔ اس میں تفریح وتقویت قلب کی عجیب خاصیت ہے۔ اس خاصیت میں اس کی عطریت، تلطیف، تفتیح اور قوت قبض سے مدد ملتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ تمام احشاء کے لیے نافع ہے۔

ابن سینا نے قانون جلد دوم میں لکھا ہے کہ یہ تمام بلغمی وسوداوی بیماریوں کو فائدہ دیتا ہے۔ خوشبو پیدا کرتا ہے۔ منہ کی بدبو اور سوداوی خارش دور کرتا ہے۔ دماغی سدوں کے لئے نفع مند ہے۔ ہضم کی اعانت کرتا اور ہچکی اور متلی رفع کرتا ہے۔ اس سے تیار شدہ لعوق ایسے عسر تنفس میں مفید ہے جس میں انتصاب کی ضرورت پیش آتی ہے۔ نمک کے ساتھ اس کا ضماد خنازیر کو تحلیل کرتا اور زخموں کو صاف کرتا ہے۔ نیز اس سے وجع مفاصل میں تسکین حاصل ہوتی ہے۔ اگر اس کے پتوں کو شراب کے ساتھ پئیں یا ضماد کریں تو بچھو، رتیلا اور پاگل کتے کے کاٹے میں مفید ہے۔ کاٹی ہوئی جگہ پر اس کے جوشاندہ کے لگانے سے بھی یہ فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ اس کے جوشاندہ میں عورتوں کے بیٹھنے سے ادرار طمث میں سہولت ہوتی ہے۔ اس کی کلیاں دانتوں کے درد کے لئے مسکن ہیں۔ یہ مٹروڑ، خفقان اور فواق کو فائدہ دیتا ہے۔ اور ذہن کو جلا بخشتا ہے۔

مزاج: حار یابس دوسرے درجہ میں۔

مقدار خوراک: ۳ گرام اور پانی کی مقدار خوراک ۳۵۰ ملی لیٹر

بادزہر

اسے فادزہر بھی کہتے ہیں۔ مقوی حرارت غریزی ہے۔ فادزہر شیراز کے پہاڑ سے شکار کر کے پہاڑی بکرے کے جگر سے نکالا جاتا ہے۔

رازی: بادزہر زرد نرم پتھر ہے۔ شب یمانی کی طرح ٹوٹ جاتا ہے۔ کوئی ذائقہ نہیں ہوتا۔ سموم کے لئے نافع ہے۔ بیش کا ضرر دفع کرنے کی میں نے اس میں عجیب تاثیر دیکھی ہے۔ یہ تاثیر میں نے کسی مفرد دوا اور کسی مرکب تریاق میں نہیں پائی ہے۔ اگر کسی کمزور دل انسان کو غم کی حالت میں ۶۰ ملی گرام کی مقدار میں اسے کھلائیں تو یہ مفید ہوتا ہے اور قلب کے فعل کو قوی کرتا ہے۔

ابن جمیع نے لکھا ہے کہ فادزہر حیوانی بارہ سنگھے کے دل میں پایا جاتا ہے۔ یہ تمام اوصاف میں سب سے بہتر ہوتا ہے۔ یہاں تک کہ اگر اسے سان پر پانی میں گھس کر روزانہ ۲۵۰ ملی گرام کسی تندرست آدمی کو استعداد کے مطابق حفظ ماتقدم کے طور پر پلائیں تو قاتل زہروں کا مقابلہ کرتا ہے اور ان کی مضرتوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس کے استعمال سے کسی آفت اور خلط خام میں جوش کا وہ خطرہ نہیں ہوتا جیسا کہ مثرودیطوس کے استعمال سے ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ اپنے جوہر کی خاصیت اور حشرات کے کاٹے اور حیوانی و نباتی زہروں کے خلاف اپنی تریاقی خاصیت کی بناء پر عمل کرتا ہے۔

اگر اسے پیس چھان کر ۷۵۰ ملی گرام کی مقدار میں کھائیں تو مرتے ہوئے آدمی کو بچاتا ہے اور پسینہ کے ذریعہ زہر خارج کرتا ہے۔

صاحب تذکرہ نے لکھا ہے کہ اگر اسے ۷۵۰ ملی گرام کھائیں تو خفقان کو فائدہ بخشنے میں بے عدیل ہے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ لفظ بادزہر دافع سم مفرد ادویہ کے لئے اور لفظ تریاق مرکبات کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ بھی خیال ہے کہ نباتی مرکبات کو تریاق کے نام سے اور معدنی ادویہ کو فادزہر کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ ایک خیال یہ بھی ہے کہ ان دونوں میں کوئی خاص فرق نہیں ہے۔

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ لفظ بادزہر اگرچہ عام طور پر ہر اس دوا کے لئے استعمال کیا جاتا ہے جو روح کی قوت کی حفاظت کر کے زہر کے ضرر کو رفع کرتی ہے۔ لیکن یہ خاص طور سے اس پتھر کے لئے مخصوص ہے جسے حجر الحیہ کہتے ہیں۔ یہ پتھر سانپ میں پایا جاتا

ہے۔ کتاب الاغراض میں ہے کہ اسے فارسی میں مارمہرہ کہتے ہیں۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ وہ حیوانی نہیں بلکہ معدنی ہے۔

ماتمی نے بیان کیا ہے کہ فادزہر کو اگر دھوپ میں رکھیں تو اس سے رطوبت نکلتی ہے۔ اگر اسے آشوب چشم پر لگائیں تو درد کو تسکین دیتا ہے۔

محمد بن موسیٰ دمیری نے لکھا ہے کہ بارہ سنگھا سانپ کھانے کا شوقین ہوتا ہے اور جہاں پاتا ہے اسے پکڑ کر کھانے کی کوشش کرتا ہے۔ بعض اوقات جب سانپ اسے ڈستا ہے تو اس کے آنسو بہہ کر آنکھ کے نیچے کے گڑھے میں آجاتے ہیں، اس میں انگلی داخل ہوسکتی ہے، یہ آنسو جم کر موم کی طرح ہوجاتے ہیں اور یہ سانپ کے زہر کا تریاق بن جاتے ہیں۔ اسی کو فادزہر حیوانی کہتے ہیں۔ اس کی بہترین قسم زرد ہوتی ہے۔ یہ ہند، سندھ اور ایران میں پایا جاتا ہے۔ سانپ اور بچھو کے کاٹے پر اس کو رکھنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اگر زہر پینے والا اسے منہ میں رکھے تو یہ بھی اس کے لئے مفید ہے۔ زہر کو دفع کرنے کی اس میں عجیب خاصیت موجود ہوتی ہے۔

برشعشا

مقوی حرارت غریزی اور اکثر امراض باردہ میں مفید ہے۔ مزمن بخاروں، انتصاب نفس اور برودت کے سبب عارض کھانسی کی بہترین دواؤں میں ہے۔ میں نے ایک شخص کو جو سعال مزمن میں مبتلا تھا اور کوئی علاج کارگر نہیں ہو رہا تھا تین دن تک روزانہ ایک گرام برشعشا تجویز کیا اور وہ ٹھیک ہوگیا۔

یہ ہر قسم کے اندرونی دردوں، بچھو، سانپ اور حشرات کے کاٹے میں نفع مند ہے۔ پیشاب کا ادرار کرتا ہے اور پتھری کو پگھلاتا ہے۔ اس کا فعل تریاق کے فعل کے ہمسر ہے۔ نباتی وحیوانی سب زہروں کا ازالہ کرتا ہے۔

اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ فلفل سفید و فلفل سیاہ ہر ایک ۶۰ گرام اجوائن خراسانی، افیون ہر ایک ۳۰ گرام زعفران ۱۵ گرام سنبل الطیب، عاقرقرحا، فرفیون ہر ایک ۵ گرام پیس چھان کر دواؤں کی کل مقدار سے دوگنا شہد اضافہ کر کے شیشہ یا چینی کے برتن

میں رکھیں اور ۶ ماہ بعد استعمال کریں۔ ۴ مہینہ بعد استعمال کے لیے بھی کہا گیا ہے۔ اس مدت میں اسے جو کے درمیان میں رکھنا چاہئے۔

مقدار خوراک زیادہ سے زیادہ ۳ گرام اور کم سے کم ۵۰۰ ملی گرام۔

بزرراز یانج

بادیان کے بارے میں حضرت آدم کے حوالہ سے بیان کیا گیا ہے کہ اگر اسے تین گرام ہموزن شکر کے ساتھ سورج کے برج حمل میں نزول کے پہلے دن کھانا شروع کریں اور سورج کے برج سرطان میں داخل ہونے تک برابر کھائیں اور یہ سلسلہ ہمیشہ جاری رکھیں تو عمر طبعی پر پہنچنے تک امراض سے بچا تا ہے اور مرتے وقت تک حواس صحیح طور پر قائم رہتے ہیں۔

یہ مولد لبن، مدر بول وطمث اور محلل ریاح بطن ہے۔ اس کے کھانے اور لگانے سے آنکھ کی قوت بڑھتی ہے۔

بزرریحاں

تخم ریحان مقوی حرارت غریزی ہے۔ ابن عمران نے لکھا ہے کہ اگر تخم ریحا ۴ گرام بھون کر سادہ پانی یا آب بہی کے ساتھ کھائیں تو اسہال مزمن دور کرتا ہے۔

صاحب مغنی کا کہنا ہے کہ جس طرح اخروٹ کو جوہر دماغ کے حفظ میں خاص کر جب وہ شکر میں پروردہ ہو، اور گل سرخ اور عناب کو پھیپھڑے کے مزاج اور اس کے جوہر کے حفظ میں خصوصیت حاصل ہے، اسی طرح تخم ریحاں کو نفس اور اعضاء کو قوی کرنے اور اسہال روکنے میں خصوصیت حاصل ہے۔

بسد

یہ اپنی خاصیت کی بناء پر مقوی حرارت غریزی اور مقوی ومفرح قلب ہے۔ اس کی یہ خاصیت روح کی تقویت اور شفافیت میں معاون ہوتی ہے۔ نافع قروح امعا ہے۔ نفث الدم کو بہت نمایاں فائدہ دیتا ہے۔ عسر بول میں مفید ہے۔ اگر پانی میں ملا کر لگائیں تو طحال کا ورم تحلیل کرتا ہے۔

صرع یا نقرس کے مریض کی گردن میں اس کو لٹکانے سے نفع ہوتا ہے۔اس کے باریک سفوف سے مسواک کرنے سے دانتوں کی زردی (حفرو قلح) زائل ہوتی ہے اور مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں۔

اسے جلانے کے بعد اگر آنکھ کو دھوئیں تو یہ آنکھ کو قوی کرتا ہے اور اس کی رطوبتوں کو خشک کرتا ہے۔اس کے جلانے کی ترکیب یہ ہے کہ اسے مٹی کے پکے ہوئے کورے برتن میں رکھ کر گل حکمت کریں اور تنور میں ڈال دیں پھر رات بھر پکنے کے بعد صبح نکالیں۔نشانات اور زخموں کو جلا بخشنے میں اچھا کام کرتا ہے۔

مقدار خوراک ۳ گرام

مزاج: پہلے درجہ میں بارد اور تیسرے درجہ میں یابس ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ یہ تیسرے درجہ میں حار ہے۔اس میں قبض اور تجفیف پائی جاتی ہے، لیکن قبض کی بہ نسبت تجفیف زیادہ ہوتی ہے۔

بسر

کھجور کا سب سے شروع کا پھل طلع پھر ذرا پکنے کے بعد بلح پھر اس کے بعد بسر پھر آخر میں خوب پکا ہوا رُطب کہلاتا ہے۔بلح کا کھجور میں وہی درجہ ہے جو انگور میں حصرم کا ہے۔

بسر اور رطب دونوں مقوی حرارت غریزی ہیں۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ جن لوگوں کا رنگ نقاہت سے خراب ہو گیا ہو ان کا اصل رنگ بحال کرنے کے لئے انجیر خشک اور بسر کا استعمال نفع مند ہوتا ہے۔یہ دونوں خون اور حرارت غریزی میں اضافہ کرتے ہیں۔بسر سے جو نبیذ بنائی جاتی ہے وہ بھی یہی فعل کرتی ہے۔

مزاج: ابن ماسویہ نے کہا ہے کہ بسر پہلے درجہ میں حار اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔اس کی شیرینی حرارت کی اور اس کا کچا پکا یعنی بکھٹا پن یبوست کی دلیل ہے۔موجز میں اسے بارد یابس لکھا ہے۔منہاج کے مطابق اس میں قوت قابضہ موجود ہوتی ہے۔اسی لئے اس کا جوشاندہ قبض پیدا کرتا ہے۔اور حفظ حرارت غریزی کے ساتھ التہاب کو تسکین دیتا ہے۔

جالینوس کا بیان ہے کہ اگر اسے شراب کے ساتھ بطور نقل کھائیں تو اس سے بہت نشہ پیدا ہوتا ہے۔

بسباسہ

جاوتری مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ پوست پتے اور لکڑی کی شکل میں ہوتی ہے۔ زبان کو کبابہ کی طرح چھیلتی اور کاٹتی ہے۔ اس کی بہترین قسم وہ ہے جو سرخی کی طرف مائل ہو۔ نفخ تحلیل کرتی ہے۔ قبض پیدا کرتی ہے۔ منہ کو خوشبودار بناتی، رحم کی سختی دور کرتی اور معدہ وجگر کی کمزوری رفع کرتی ہے۔ مزمن اسہال اور سحج میں نافع ہے۔ سلسل البول کو فائدہ دیتی ہے، خاص کر جب مثانہ پر اس کا ضماد کیا جائے۔ اسے معاجین میں بھی شامل کرتے ہیں۔ مقدار خوراک ایک گرام۔ بدل جائپھل۔ مزاج حار یابس درجہ دوم۔

بہرامج

یہ خلاف بلخی کا پھول ہے۔ اس کا شمار عمدہ خوشبوؤں میں کیا جاتا ہے۔ فارسی میں بید مشک کہتے ہیں۔ بہرام مریخ کا نام ہے۔ بہرامک اس کی تصغیر ہے۔ عربی بنا کر اسے بہرامج کر دیا گیا ہے۔ اس کا یہ نام اس کے رنگ کی مشابہت کی وجہ سے ہے۔

تمیمی نے کہا ہے کہ سر پر اس کا ضماد صداع کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کے لئے اس کا سونگھنا بھی مفید ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ یہ مقوی حرارت غریزی ہے۔ سر کے ریاح غلیظ کو تحلیل کرتا ہے اور تلیین بطن کرتا ہے۔

شریف کے مطابق دماغ کو قوت دیتا ہے اور اس کی طرف مواد کے صعود کو روکتا ہے۔ اس کے گوند کا سرمہ آنکھ کو قوت دیتا ہے اور اس کی صحت کی حفاظت کرتا ہے۔

صاحب تذکرہ اور صاحب تقویم نے اسے کھانے اور سونگھنے دونوں طور پر مقوی قلب لکھا ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس ہے۔ صاحب منہاج نے معتدل بتایا ہے۔

بہمن

مقوی حرارت غریزی اور بہترین مقوی قلب ہے۔ منی خوب پیدا کرتا ہے، بدن میں موٹا پالاتا ہے۔ اس کی دو قسمیں ہیں سرخ اور سفید۔ دونوں قسموں کا شمار نقرس کی دواؤں میں ہے۔ بہمن سفید کے کھانے سے خدر کو فائدہ ہوتا ہے۔

اسحٰق بن حنین نے لکھا ہے کہ کھانے اور لگانے دونوں صورتوں میں سدر اور برودت کے سبب لاحق دوار کے لئے نفع مند ہے، فالج کو بھی فائدہ دیتا ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ میں حار یابس ہے۔ مسیح کا کہنا ہے کہ دونوں بہمن دوسرے درجہ میں حار اور رطب ہیں۔ یہ منی بڑھاتے ہیں اور باہ کی تحریک پیدا کرتے ہیں۔

رازی نے اپنی کتاب ابدال ادویہ میں بہمن کی عدم دستیابی کی صورت میں اس کا بدل ہموزن تودری اور نصف وزن لسان العصافیر کو بتایا ہے۔

مقدار خوراک ۵ گرام

بیضہ دجاج

بیضہ نیم برشت حرارت غریزی کو قوت دیتا اور عمر میں اضافہ کرتا ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ انڈا اگرچہ ادویہ میں سے نہیں ہے، لیکن یقینی طور پر وہ ان دواؤں میں ہے جو قلب کو بہت تقویت دیتی ہیں۔ اس میں تین خوبیاں جمع ہیں ایک خون کی طرف اس کا جلدی استحالہ، دوسرے استحالہ کی صورت میں فضلات کی قلت، تیسرے ایسے خون کی تکوین جس سے اُس موافق وہم جنس خون کی تولید ہوتی ہے جو قلب کا تغذیہ کرتا ہے اور جو اس کی طرف جلدی دفع ہوتا ہے۔ اسی لئے یہ ان چیزوں میں سب سے بہتر ہے جو ایسے امراض کا ازالہ کرتی ہیں جو جوہر روح کی تحلیل اور اس کے مادہ کی تقلیل کا باعث ہیں۔ اور یہ مادہ وہ خون ہے جو قلب میں ہے۔

قرشی کا بیان ہے کہ یہ سعال، خشونت حلق، بحوحت صوت، سل، شوصہ، ضیق النفس

اور نفث الدم کو فائدہ دیتا ہے خاص کر جب اس کی نیم گرم زردی استعمال کی جائے۔ وہ سریع النفوذ، جید الکیموس، کثیر الغذ اور لطیف ہے۔

صاحب مغنی نے لکھا ہے کہ انڈوں کی ساری قسمیں اور خاص کر چڑیوں کے انڈے باہ کو قوت دیتے ہیں۔ انڈے اور دودھ کو کھانے میں ایک ساتھ جمع نہیں کرنا چاہئے۔ بری کچھوے کا انڈا بچوں کی کھانسی میں مجرب ہے۔ دردناک دانت پر اس کی زردی روغن گل کے ساتھ لگائیں تو درد کو سکون دیتی ہے۔ اگر انڈے کو نمک میں ایک لمبے عرصے تک دفن رکھا جائے تو یہ خراب اور گندا نہیں ہوتا۔

صاحب حیٰوۃ الحیوان کے مطابق سارے بیض ض سے لکھے جاتے ہیں سوائے بیض النملہ یعنی چیونٹی کے انڈے کے، اسے ظ سے لکھا جاتا ہے۔ چیونٹی کے انڈے اگر پیس کر لگائیں تو بال اگنے کو روکتے ہیں اور اگر انہیں لوگوں کے درمیان بکھیر دیا جائے تو ان لوگوں کے درمیان آپس میں پھوٹ اور تفرقہ پڑتا ہے۔ اگر انہیں ۳ گرام کی مقدار میں کھایا جائے تو زیریں حصہ پر قدرت ختم ہو جاتی ہے۔ بلکہ پاخانہ نکلتا رہتا ہے۔

اقسرائی میں ہے کہ انڈے میں لحم کی قوت ہوتی ہے اس لئے کہ وہ حیوان کا جز ہے بلکہ بالقویٰ خود حیوان ہے۔

جالینوس نے بہترین انڈا اسے بتایا ہے جس میں تین باتیں جمع ہوں ایک یہ کہ وہ مرغی کا ہو، دوسرے تازہ ہو، تیسرے ریکی نہ ہو۔

مزاج: حار رطب پہلے درجہ کے آخر اور دوسرے درجہ کے اول میں۔ انڈے کو نیم برشت کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ پانی ابال کر اس میں انڈا ڈالیں اور تین سو تک گنتی گننے کے بعد نکال لیں۔ اگر پانی میں پڑے ہونے کا یہ وقت کم محسوس ہو تو اسے نکالنے سے پہلے سو تک دوبارہ گنتی گنیں۔

حرف التا

تانبول، تنبول

یہ پتے ہیں جو چھوٹے اترج کے پتوں سے ملتے جلتے ہوتے ہیں۔ پان حرارت

غریزی کو قوت دیتا ہے۔ اس کے کھانے سے منہ میں خوشبو پیدا ہوتی ہے۔ یہ منہ اور دانتوں سے خراب رطوبتوں کا ازالہ کرتا ہے، بھوک لگاتا ہے، دانتوں کے درمیان کے گوشت کو قوی کرتا ہے اور سانس میں فرحت پیدا کرتا ہے۔

اہل ہند اسے ایک طرح بطور شراب استعمال کرتے ہیں اور کھانا کھانے کے بعد صدف کے چونے کے ساتھ کھاتے ہیں۔ مفرح اور ہاضم طعام ہے۔

مزاج: حار یابس پہلے درجہ کے آخر میں۔

تبن الشعیر

جو کی بھوسی کے بارے میں شریف نے لکھا ہے کہ جو شخص اس کے اوپر مستقل طور پر سوتا اور بیٹھتا ہے اس کے بدن کی قوت برانگیختہ ہوتی ہے اور صحت قائم رہتی ہے۔

تریاق کبیر

تریاق کبیر تریاق فاروق کا دوسرا نام ہے۔ صاحب ذخیرہ سید (اسمعیل جرجانی) نے لکھا ہے کہ یہ روح اور حرارت غریزی کو بڑھاتا ہے۔

صاحب مختار کے مطابق حار و بارد سموم، سانپ، بچھو، کتے کے کاٹے، سکتہ، فالج، لقوہ، صرع، رعشہ، صداع، شقیقہ، جذام، برص، جنون، وسواس، حمیات وامراض بلغمیہ و سوداویہ، لرزہ اور قشعریرہ کے لئے نافع ہے۔ معدہ وقلب کو قوی کرتا، خواہشات کو تحریک دیتا اور خفقان، توحش، عسر تنفس اور نفث الدم کو فائدہ دیتا ہے۔ صلابات کبد وطحال اور احشاء کی دوسری صلابتوں کو تحلیل کرتا ہے۔ قروح امعا، ریاح خبیثہ، سعال مزمن، وجع صدر، ذات الجنب، استسقاء میں مفید ہے۔ گردہ ومثانہ کی پتھری توڑتا ہے۔ عسر بول رفع کرتا ہے۔ مدر طمث ومخرج جنین ہے۔ درج بالا امراض سے متعلق جو دوسری بیماریاں ہیں ان میں بھی نفع مند ہے۔ مثلاً فالج اور صرع میں مفید ہونے کی طرح یہ بلغمی امراض اور اس نوع کی دوسری بیماریوں میں فائدہ کرتا ہے۔ اسی طرح صلابت کبد وطحال میں نفع مند ہونے کی وجہ سے مثلاً

سدوں کو کھولتا ہے اور پانی کا ادرار کرتا ہے۔ اسی طرح دوسری باتیں قیاس کی جا سکتی ہیں۔
یہ دوا جس طرح ان بہت سے امراض میں نافع ہے، اسی طرح یہ محافظ صحت بھی ہے۔ چنانچہ اگر صحتمند آدمی اسے استعمال کرے تو یہ صحت کی حفاظت کرتا اور قوت کو قوی کرتا ہے۔ اسباب حوادث مثلاً زہریلے مشروب، حشرات کے کاٹے، فساد ہوا اور وبا کا اس پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔

صاحب منہاج کا بیان ہے کہ بادزہر اور تریاق دوا ایسی دوائیں ہیں جو روح کی قوت اور صحت کی حفاظت کرتی ہیں اور زہر کے ضرر کو دفع کرتی ہیں۔ دراصل یہ فعل ان ادویہ کے ساتھ مخصوص ہے جن کی طبعیت قاتل ومقتول کے وسط میں ہوتی ہے چنانچہ ان دونوں میں قاتل دواؤں اور مہلک زہروں کے ساتھ قوت مشاکلت پائی جاتی ہے جس کے ذریعہ یہ انہیں جذب کرتی ہیں لیکن وہ مضرت کے درجہ میں بھی نہیں پہنچتی ہیں اور ان میں بدن کو طاقت دینے کی بھی قوت ہوتی ہے۔ اسی لئے انہیں اگر بحالت صحت استعمال کیا جائے تو نقصان پہنچتا ہے۔ نیز انہیں اگر زہر خورانی کی صورت میں زیادہ مقدار میں کھایا جائے تو اس سے بھی نقصان ہوتا ہے۔ لیکن اگر انہیں ایسی معتدل مقدار میں استعمال کیا جائے جو اپنی کثرت سے بدن کو نقصان نہ پہنچائے اور نہ اس پر زہر کا غلبہ کرے تو نفع ہوتا ہے۔

صاحب منہاج کا یہ قول صاحب مختار کے قول کے خلاف ہے۔ میں نے اپنے زمانے کے بعض اطبا کے سامنے اس اختلاف کو رکھا تو انہوں نے صاحب منہاج کے قول سے اعراض برتا اور صاحب مختار کے قول کو ترجیح دی۔ انہوں نے کہا کہ انہوں نے صحتمند لوگوں پر اس کا تجربہ کیا اور انہیں اس سے فائدہ پہنچا۔

محمود بن الیاس نے لکھا ہے کہ یہ تریاق جلیل القدر اور عظیم المنفعت ہے۔ یہ عارض موت سے اللہ تعالیٰ کے حکم سے نجات دیتا ہے۔ ماغنیس پہلا طبیب ہے جس نے اس ترکیب کا اختراع کیا اور اندروماخس نے سانپ کے گوشت کا اضافہ کرکے اس کے نسخہ کو مکمل کیا۔ اس سے نہ صرف اس کی تکمیل ہوئی بلکہ اس سے مقصود غرض بھی زیادہ بہتر طور پر پوری ہوئی۔ جالینوس نے اس کے خواص ومنافع پر روشنی ڈالی ہے۔

کہا گیا ہے کہ اسے تیاری کے ایک سال بعد استعمال کرنا چاہئے۔ ٦ مہینہ بعد

استعمال کرنے کی بھی اجازت دی گئی ہے۔ بعض اطبا ۵ سال سے پہلے اس کا استعمال پسند نہیں کرتے ہیں۔ بعض اسے دس برس یا بارہ برس بعد استعمال کے حق میں ہیں۔ ۲۰ برس بعد استعمال کی بات بھی کہی گئی ہے۔

ابن سینا نے کہا ہے کہ انسان کے مزاج کی موافقت ومناسبت، قلب کی تقویت، ازالہ توحش اور تریاق سموم کے لحاظ سے تریاق فاروق اور معجون مثر ودیطوس ایسی دوائیں ہیں جن کے مرتبہ کو کوئی مرکب دوا نہیں پہنچتی۔

اگر معتدل مزاج انسان ان میں سے کسی کو بھی معتدل اوقات یا تھوڑی ٹھنڈک میں اور معتدل مقدار میں تواتر وکثرت کے بغیر استعمال کرے تو ان سے تقویت قلب میں بہت منفعت حاصل ہوتی ہے۔ یہ صحت کی حفاظت کرتی ہیں اور ان سے وبائی عفونات کی ہلاکتوں اور اخلاط کی ردی حرکات سے امن ملتا ہے۔ زہروں سے ضرر نہیں پہنچتا، تمام قوتوں کو توانائی حاصل ہوتی ہے اور عمر لمبی ہوتی ہے۔

تفاح

پکا ہوا شیریں سیب مقوی حرارت غریزیہ وقلب ہے۔ اس کے مربیٰ کی بھی یہی تاثیر ہے۔

ابن سینا نے ادویہ قلبیہ میں لکھا ہے کہ تفریح وتقویت قلب میں یہ بڑی خاصیت رکھتا ہے۔ اس میں اس کی عطریت وحلاوت معین ہوتی ہے۔ دوا کے علاوہ یہ غذا بھی ہے۔ روح کے تغذیہ کی وجہ سے اس سے روح کو قوت ملتی ہے۔ روح کو مقابلہ کے لئے تیار کرنے کی خاصیت کی وجہ سے بھی یہ روح کے لئے ایک مفید دوا ہے۔

بقراط: سیب قلب کے لئے، بہی معدہ کے لئے، انار جگر کے لئے، انجیر طحال کے لئے اور تربوز مثانہ کے لئے مخصوص طور پر نفع مند ہیں۔

سیب ہر قسم کے زہر کی مقاومت کرتا ہے۔

مزاج: بصری کے مطابق میٹھا سیب پہلے درجہ میں حار رطب، کھٹا سیب پہلے درجہ میں بارد یابس اور کڑوا سیب برودت ورطوبت میں معتدل ہے۔

تین

انجیر مقوی حرارت غریزی وباہ ہے۔ کہا جاتا ہے کہ بقراط خشک اور تازہ دونوں قسم کے انجیر کھاتا تھا۔

جالینوس کا بیان ہے کہ انجیر اور انگور سید الفوا کہ سب سے بہترین پھل ہیں۔ خشک یا تازہ انجیر پابندی کے ساتھ کھانے سے صرع اور کابوس کو فائدہ ہوتا ہے۔ اگر اسے مغز اخروٹ کے ساتھ کھائیں تو یہ عمدہ غذا ہے۔ کسر ریاح کرتا ہے اور ان لوگوں کے لئے نافع ہے جو قولنج، وجع ظہر اور وجع ورک کی شکایت کے عادی ہوتے ہیں۔

اگر انجیر کھٹے سرکہ میں نو دن بھگو کر طحال پر ضماد کریں اور اس میں سے ۴ عدد روزانہ کھائیں تو طحال کی صلابت اور سختی تحلیل کرنے میں بہت مجرب ہے۔

انجیر اگر قبل طعام کھائیں تو یہ حبس بول دور کرتا، مجاری غذا کو کھولتا اور صالح غذا فراہم کرتا ہے۔ اگر اس کے کھانے کی مداومت کریں تو یہ گوشت میں اضافہ اور فربہی پیدا کرتا ہے۔

زوفا کے ہمراہ اس کا جوشاندہ سینہ کے فضلات کا تنقیہ کرتا ہے اور سعال مزمن اور پھیپھڑے میں عارض ہونے والے اوجاع مزمنہ کو فائدہ دیتا ہے۔

اس کے جاشاندہ سے غرغرہ قصبۃ الریہ اور زبان کے جانبی عضلات کے اورام حارہ کے لئے بہت اچھا ہے۔

اگر اسے خردل کے ساتھ پیس کر پانی ملا کر کان میں ٹپکائیں تو دوی اور کان کی خارش رفع کرتا ہے۔

زردی بیضہ کے ساتھ اس کا حمول رحم کا تنقیہ کرتا ہے اور طمث کا ادرار کرتا ہے۔ صاحبان نقرس کے لئے نفع مند ہے۔ اگر اس کے ساتھ حلبہ اور ستو پیس کر ملائیں تو جرب متقرح کو جلا بخشتا ہے۔ اگر اون کو اس میں تر کر کے تاکل اسنان پر رکھیں تو دانت کے درد کو سکون دیتا ہے۔ پھلوں میں اس سے زیادہ تغذیہ بخش دوسرا پھل نہیں ہے۔

رازی: انجیر خشک بارد مزاج اصحاب اور وجع ظہر اور تقیطر بول کے مریضوں کے

لئے عمدہ ہے۔ گردہ میں تسخین پیدا کرتا ہے اور نعوظ آور ہے۔ صدر اور پھیپھڑے کے فضلات نکالتا ہے اور مسامات کے عفونی مواد یہاں تک کہ وہ مواد جو جوؤں کے مستقل کاٹنے سے پیدا ہوتے ہیں انہیں دفع کرتا ہے۔ ان مواد کے وقوع کی صورت میں حمام میں برابر پسینہ لانے کی کوشش کرنی چاہئے۔ اور بورہ ارمنی اور چنے کے آٹے سے مالش کرنی چاہئے۔ نیز بدن کے بالوں سے متصل لباس کو بدلتے رہنا چاہیے۔ انجیر میں تلیین اور تعریق کی عمدہ صفت پائی جاتی ہے۔ یہ خون کو خارج بدن کی طرف دفع کرنے کی وجہ سے بیماریوں کے باعث بدن کے بگڑے ہوئے رنگ کی اصلاح کرتا ہے۔ اگر انجیر خام کا سرکہ اور نمک ملا کر ضماد کریں تو سر کے قروح رطبہ کو شفا دیتا ہے اور شریٰ میں مفید ہے۔

امین الدولہ: اس کا دائمی استعمال زہروں کی مضرتوں سے بچاؤ کا ضامن ہے۔

مزاج: پہلے درجہ میں حار رطب ہے۔ ابن سینا نے انجیر خشک کو پہلے درجہ میں حار اور آخر درجہ میں رطب لکھا ہے۔ اس میں لطافت بھی موجود ہوتی ہے۔

انجیر تازہ کو چھلکا اتار کر کھانا چاہئے اس لئے کہ اس کا چھلکا دیر ہضم ہے۔

حرف ث
ثوم

لہسن بارد مزاج لوگوں اور معمر افراد کے لئے مقوی حرارت غریزی اور محافظ صحت ہے۔ غلیظ ریاح کو دور کرتا ہے۔

نجیب الدین سمرقندی : لہسن طبعی و غریزی حرارت کی طرح بدن میں تسخین پیدا کرتا ہے۔ یہ ان نبات میں سب سے بہتر ہے جن میں ہلکی مٹھاس ہوتی ہے۔ پرانے اور مزمن کولھے کے درد اور کمر کے درد کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کا پابندی سے استعمال پیٹ میں کیڑوں خاص کر حب القرع کی پیدائش روکتا ہے۔ اور معدہ و جگر کو فائدہ دیتا ہے۔ بوڑھوں کو لاحق تقیطر بول رفع کرتا ہے۔ اگر اسے پیس کر جند بید ستر کے ہمراہ روغن زیتون کہنہ میں ملا کر ضماد تیار کریں اور بچھو کے کاٹنے کی جگہ لگائیں تو وہ باہر کی طرف زہر جذب کرنے اور اس کا اثر زائل کرنے میں مجرب ہے۔

قرشی: لہسن پانیوں کے تغیر سے لاحق نقصان کی صورت میں نفع مند ہے۔ دانتوں کے درد، سعال مزمن اور صدر کے بارد دردوں کو فائدہ دیتا ہے۔ جونک اور کیڑوں کو خارج کرتا ہے۔ اس کے جوشاندہ میں بیٹھنے سے اور ارطمث ہوتا ہے اور مشیمہ باہر نکلتا ہے۔ شہد کے ہمراہ نہار منہ اس کے جوشاندہ کا استعمال حلق صاف کرتا ہے اور خون کے تغیر اور اس کے سیاہی مائل بھورے رنگ کی اصلاح کرتا ہے۔ جوں اور لیکھ کو مارتا ہے۔

لہسن کا ایک نقصان یہ ہے کہ سر کی طرف اس کی تصعید و تبخیر کی زیادتی سے درد سر اور ضعف بصر لاحق ہوتا ہے۔

صاحب منہاج: تلیین طبعیت کرتا ہے۔ شراب کے ہمراہ کیڑوں مکوڑوں، سانپ اور کتے کے کاٹے میں نافع ہے۔

جالینوس: اسے کھانے اور غذا میں استعمال کرنے سے فالج اور استسقا کو فائدہ ہوتا ہے۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا کہ وہ استسقاء طبلی میں مبتلا تھا لہسن کے کثیر مقدار میں استعمال سے ۴۰ روز سے کم میں وہ شفایاب ہوگیا۔

جس شخص کی آنکھ میں برف سے تکلیف لاحق ہو وہ لہسن میں سلائی داخل کرکے بطور سرمہ لگائے اور لہسن کھائے تو اس کی تکلیف جاتی رہتی ہے، یہ مجرب ہے۔

مزاج: جالینوس نے تیسرے درجہ میں اور نجیب الدین سمرقندی نے چوتھے درجہ میں حار یابس بتایا ہے۔ لیکن میرا خیال ہے کہ یہ چوتھے درجہ کے اول میں حار یابس ہے۔

حرف جیم

جدوار

مقوی حرارت غریزی ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ یہ مفرحات قویہ اور مقویات عظیمہ میں ہے۔ اس کی بہترین قسم وہ ہے جو بیش کے ساتھ اگتی ہے۔ اپنے اثر کی وجہ سے یہ تریاق سموم ہے۔ یہاں تک کہ بیش اور سانپ کے زہر کے لئے بھی تریاق کا کام کرتی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ وہ تمام خواص جو تریاق فاروق میں پائے جاتے ہیں اس میں موجود ہیں۔

مزاج: حار یابس، لطیف۔

تریاقیت میں اس کا بدل تین گنا زرنباد ہے۔ فارسی میں جدوار کو ماہ پروین کہتے ہیں۔

جلاب

مقوی حرارت غریزی ہے۔ صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ یہ صحت کی حفاظت کرتا ہے، نافع خمار ہے۔ معدہ کی حرارت بجھاتا ہے اور اسے تقویت دیتا ہے۔ بخار کی تیزی حدت اور پیاس کو تسکین بخشتا ہے۔

بہترین جلاب وہ ہے جو عرق گلاب سے بنایا گیا ہو۔ اس کی تیاری کی مختلف ترکیبیں ہیں۔

ایک یہ کہ ساڑھے چار لیٹر عرق گلاب میں ڈیڑھ کلو شکر دپسی ہوئی ملا کر تیز آگ پر خوب پکائیں اور جھاگ اتار کر آگ سے نکالیں۔

ایک ترکیب یہ ہے کہ تین لیٹر پانی اور ڈیڑھ لیٹر عرق گلاب لے کر تیار کریں۔

ایک ترکیب یہ ہے کہ پانی اور عرق گلاب برابر وزن کا ہو۔

ایک یہ کہ ۴ کلو شکر اور دو لیٹر آب شیریں برتن میں ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں اور جھاگ اتارتے رہیں۔ جب جھاگ دور ہو جائیں تو پھر اس میں ۸۵۰ ملی لیٹر عرق گلاب ملا کر پکائیں اور گاڑھا ہونے پر اتاریں۔

مزاج: معتدل مائل بہ برودت و رطوبت، اور کہا گیا ہے کہ بارد رطب ہے۔

جلنجبین

مقوی حرارت غریزی و مقوی معدہ و جگر ہے۔ ہضم میں اعانت کرتا اور معدہ کے درد کو تسکین دیتا ہے۔ اسے فارسی میں گلقند کہتے ہیں۔

مسیح نے لکھا ہے کہ اگر گل سرخ کو شہد میں پروردہ کریں تو یہ معدہ کو بلغم سے صاف

کرتا ہے اور معدہ واحشاء کی عفونت دفع کرتا ہے۔ اگر اسے شکر میں پروردہ کریں تو اس کا فعل اس سے کمتر ہوتا ہے۔

ترکیب: گل سرخ تازہ ڈنٹھل دور کر کے اور اس کی تری خشک کر کے ہاتھ سے خوب اچھی طرح ملنے کے بعد چینی یا مٹی کے کورے برتن میں رکھیں۔ اور اس پر ۴۲۰ ملی لیٹر عرق گلاب اور ۴۲۰ یا ۸۴۰ گرام یا اس سے کچھ زیادہ شکر پسی ہوئی ڈال کر خوب اچھی طرح ملیں یہاں تک پتیاں گھل جائیں پھر دھوپ میں رکھ کر ایک صاف چھلنی سے ڈھاک دیں اور صبح وشام ہلاتے رہیں۔ یہ عمل تیس سے چالیس دن تک کریں۔ پھر نکال کر استعمال میں لائیں۔

گلقند عسلی کی ترکیب گلقند شکری کی طرح ہے۔ سوائے اس کے کہ اس میں شکر کے بجائے جھاگ اتارا ہوا شہد استعمال کرتے ہیں۔

مزاج: قرشی نے حار کہا ہے۔ سدیدی نے کتاب المغنی میں لکھا ہے کہ جہاں تک شہد میں پروردہ کا تعلق ہے تو ظاہر ہے کہ وہ حار ہے۔ لیکن شکر میں پروردہ کے لئے اگر چہ قیاس کہتا ہے کہ اسے معتدل ہونا چاہئے اس لئے کہ گل سرخ پہلے درجہ میں بارد اور شکر پہلے درجہ میں حار ہے، لیکن آگ یا دھوپ یا اس حرارت کی وجہ سے جو تخمیر کی وجہ سے اس میں عارض ہوئی ہے وہ مائل بہ حرارت ہوتا ہے۔

جماع

محبوب سے اگر جماع میں بے اعتدالی نہ کی جائے تو یہ حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتا ہے۔ ایام شباب میں اعتدال کا مطلب یہ ہے کہ کم از کم تین دن یا اس سے زیادہ کا وقفہ ہونا چاہئے۔

ایلاقی: غذا تین دن سے کم میں منی نہیں بناتی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ محبوب سے جماع تریاق فاروق سے زیادہ نفع مند ہے۔ اور اس کی کثرت ضرر کا باعث نہیں ہوتی ہے۔

ابن سینا: جماع بدن کو کھانا کھانے کے لئے تیار کرتا ہے۔ تفریح پیدا کرتا ہے اور غصہ، ردی فکر، وسواس سوداوی اور ترک جماع کے سبب لاحق ورم خصیہ کو رفع کرتا ہے۔

میں نے ورم خصیہ کے ایک مریض کو دیکھا اسے کسی علاج سے فائدہ نہیں ہوا تھا۔

میں نے اسے ان اوقات میں جماع کی ہدایت کی جب ہضم اول اور ہضم دوم مکمل ہو گیا ہو۔ یہ مختلف اشخاص میں مختلف ہوتا ہے۔ عصر کے وقت اگر کھانا کھانے کی عادت ہے تو پہلی نیند کے بعد دو وجہوں سے مجامعت مناسب ہے۔ ایک یہ کہ دوسری نیند کے وقت قوت واپس لوٹتی ہے۔ دوسرے یہ کہ اس وقت رحم میں استقرار حمل میں مدد ملتی ہے۔ جماع کی بہترین شکل یہ ہے کہ عورت بستر پر سرین اٹھائے چت لیٹی ہو اور مرد اوپر ہو اور بدترین شکل عورت کا اوپر ہونا ہے۔

بعض حکما نے کہا ہے کہ دنیا کی لذتیں تین ہیں۔ اکل لحم (گوشت کھانا)، رکوب لحم (گھوڑ سواری) اور ادخال لحم (مجامعت) بقول شاعر ؎

الم ترلذة الدنیا ثلث — الیھا مال کل بالطباع

فذالك کلھا فی اللحم یوجد — باکل او رکوب او جماع

رازی نے لکھا ہے کہ جو لوگ کثرت سے جماع کرتے ہیں، ان کی غذا اور ہضم اچھا ہوتا ہے۔ اسرائیلی کا بیان ہے کہ بلوغ اور بائیس برس کی عمر کے درمیان انسان جماع کی کثرت برداشت کرسکتا ہے۔ لیکن اس میں بھی افراط سے بچنا چاہئے۔ اس سے داڑھی جلدی قبل از وقت نکلتی ہے۔ چہرہ سے بڑے پن کا اظہار ہوتا ہے اور بدن دبلا ہوجاتا ہے۔

جب عمر ۲۲ اور ۳۰ برس کے درمیان ہو تو وقفہ دے کر ایک دن میں دو مرتبہ یا تین مرتبہ جماع کیا جاسکتا ہے۔ لیکن محبوب کی صحبت سے کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ بلکہ محبوب سے جماع کی کثرت تریاق فاروق سے زیادہ نفع مند ہے۔ اس سے علامات ضرر میں سے کوئی علامت نہیں پیدا ہوتی ہے۔ ۳۰ اور ۴۰ برس کی عمر کے درمیان ایک دن میں ایک مرتبہ یا دو دن میں ۳ مرتبہ مجامعت کی جاسکتی ہے۔ ۴۰ اور ۵۰ برس کی عمر کے درمیان ۳ دن میں دو مرتبہ سے زیادہ جماع نہیں کرنا چاہئے۔ ایلاقی کا کہنا ہے کہ غذا تین دن سے کم میں منی نہیں بنتی۔ ۵۰ اور ۶۰ اور ۷۰ برس کی عمر کے درمیان ایک مہینہ میں تین مرتبہ اور زیادہ سے زیادہ ۴ مرتبہ اور ۷۰ اور ۷۵ برس کی عمر کے درمیان مہینہ میں ایک بار یا دو بار حسب طاقت مناسب ہے۔ اور جو لوگ ۷۵ اور ۸۰ برس کی درمیانی عمر میں ہوں انہیں سال میں ایک مرتبہ یا دو مرتبہ سے زیادہ کی اجازت نہیں ہے۔ لیکن اگر ان کی قوت قوی ہو اور ان میں شہوت موجود ہو تو وہ دو مہینہ میں ایک مرتبہ اسے انجام

دے سکتے ہیں۔ مگر ۸۰ برس سے اوپر کے لوگوں کے لئے یہ کسی طرح مناسب نہیں ہے۔

واضح ہو کہ لوگوں میں باہ کی بہت کمی کی ایک وجہ یہ ہوتی ہے کہ ان کے تصرف میں جو عورت ہے، اس کی بدشکلی یا بدخلقی یا پرانے پن کی وجہ سے اس کی طرف طبعیت مائل نہیں ہوتی ہے، اور یہ ملال اس کی محرومی کا باعث ہوتا ہے۔

بعض اوقات انسان ایسی عورت کی طرف مائل ہوتا ہے جو نہ صرف پہلے سے حاصل عورت کی شکل وصورت جیسی نہیں ہوتی بلکہ حسن و جمال میں اس سے کہیں کم ہوتی ہے۔ اس کی وجہ پہلی کا پرانا پن اور دوسری کا نیا ہونا ہے۔ چنانچہ مثل مشہور ہے کہ "ہر نئی چیز مرغوب خاطر ہوتی ہے" لہذا تعدد ازواج ضروری ہے۔ ایک ہی عورت سے شہوت کی تکرار باہ کو ضعیف اور حرارت غریزی کو کم کرتی ہے، سوائے محبوبہ کے کہ اس سے ضرر لاحق نہیں ہوتا۔

چرک ہندی نے کہا ہے پیشاب، پاخانہ کی احتیاج، بھوک، پیاس، غم، بے خوابی، آشوب چشم، نشہ، اسہال، قے اسی طرح تخمہ کے بعد اور غذا کی ناگواری اور مرض کی حالت میں جماع نہیں کرنا چاہئے۔ لیکن سوداوی مرض میں اجازت ہے۔ اسی طرح حائضہ، مریضہ، کم سن، بوڑھی اور بانجھ عورت سے جماع مناسب نہیں ہے۔

جالینوس اور روفس نے لکھا ہے کہ لواطت بدنی قوتوں کو بہت کمزور کرتی ہے۔ قرشی کا قول ہے کہ جب کوئی شخص عرصہ تک مجامعت چھوڑے رہتا ہے تو طبعیت منی کی کم تولید کی عادی ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے نعوظ اور انتشار میں کمی واقع ہوتی ہے۔ اس قول کی مثال تھن کی طرح ہے اگر اس کو دوہتے رہتے ہیں تو دودھ زیادہ نکلتا ہے اور اگر دوہنا چھوڑ دیتے ہیں تو دودھ بند ہو جاتا ہے۔

واضح رہے کہ باہ کی تقویت کے لئے ادویہ سے زیادہ اغذیہ قابل اعتماد ہیں۔ اس لئے کہ وہ پانی اور ریاح کے سبب باہ بڑھاتی ہیں۔ انہیں پانی کے لئے مواد اور ریاح کے لئے فاعل کی حیثیت حاصل ہے۔ پیر سے فرج کو چھونے اور ہاتھ سے سرین کو سہلانے سے شہوت میں شدید تحریک اور شدید انعاظ پیدا ہوتا ہے

ابن سینا نے لکھا ہے کہ پانی پینے کی کثرت جماع کے لئے نقصان دہ ہے اور جماع

کی کثرت معدہ کے لئے سب سے زیادہ مضر ہے۔

جاپھل

مقوی حرارت غریزی ومقوی چشم ،معدہ، کبد وطحال ہے۔ یہ سبل کو فائدہ دیتی ہے۔منہ میں خوشبو پیدا کرتی ہے۔اسے چبا کر ملنے سے نمش اور کلف کے نشانات دور ہوتے ہیں۔مدر بول وحیض اور نافع استسقاء لحمی ہے۔

مزاج: تیسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس ہے۔یہ بھی کہا گیا ہے کہ اس کا یبس دوسرے درجہ میں ہے۔اسے عام طور پر معاجین میں استعمال کرتے ہیں۔

اس کا بدل جاوتری ہے۔مقدار خوراک ۳ گرام

حرف ح

حریر

ریشم مقوی حرارت غریزی، مفرح، مسمن بدن اور مقوی بصر ہے۔مقدار خوراک تین گرام ہے۔طب میں صرف خام استعمال ہوتا ہے۔

اقسرائی: یہ مفرحات قویہ میں سے ہے۔اس کی صفت تفریح محض ارواح کے ساتھ مختص نہیں ہے بلکہ یہ ارواح کے جوہر کے لئے بھی بہت موافق ومناسب ہے۔چنانچہ یہ روح دماغی (روح نفسانی) اور روح کبدی (روح طبعی) کو فائدہ دیتا ہے۔

اس کا لباس بھی مقوی حررات غریزی ہے۔ریشم کے عجیب فعل میں یہ ہے کہ نیا ریشم جوؤں کو روکتا ہے لیکن اگر وہ پرانا اور بوسیدہ ہے تو جوں پیدا کرتا ہے۔

روایت میں ہے کہ عبدالرحمٰن بن عوف اور زبیر بن العوام کو جوؤں کی شکایت ہوگئی تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے انہیں ریشمی لباس پہننے کی اجازت دی اور انہوں نے اس پر عمل کیا۔

ریشم کو محرق اور غیر محرق دونوں صورتوں میں استعمال کیا جاتا ہے۔اسے جلانے کی ترکیب یہ ہے کہ اسے مٹی کے کورے برتن میں رکھ کر ایک سوراخ دار ڈھکن سے بند کردیں۔اور آگ پر اس

وقت تک رکھیں جب تک کہ وہ پینے سے لائق نہ ہو جائے۔ لیکن احراق میں زیادتی نہیں کرنی چاہئے۔
اسے اگر ٹکڑے ٹکڑے کر کے مقرض صورت میں استعمال کیا جائے تو یہ زیادہ
بہتر ہے۔ اس طرح اس کی قوت باقی رہتی ہے۔ اس کے لئے اسے مقرض کر کے ہاون
میں خوب کوٹیں اور مروارید، کہرباء اور بسد ملا کر ضروری حد تک باریک کریں۔ اور ہاون میں
باریک کی ہوئی دوائیں یا دھوپ میں صلایہ کی ہوئی دوائیں پانی میں ڈال کر نرم آنچ میں
پکائیں یہاں تک کہ وہ اچھی طرح پانی چوس لیں اور ان کی قوت اس میں آجائے پھر خشک
کر کے ضرورت کے وقت کام میں لائیں۔

اسحٰق بن حنین: آبریشم محرق کا سرمہ بصارت کو قوی اور تیز کرتا ہے۔ اور وہ ان
چیزوں میں ہے جسے تعدیل کے بغیر استعمال کیا جاتا ہے۔

مزاج: ابن سینا نے حار یابس درجہ اول بتایا ہے۔ تقویم میں اسے رطب لکھا ہے۔
میرا خیال ہے کہ یہ رطوبت و یبوست میں متعدل ہے۔

حصر النفس

اعتدال سے سانس روکنے کا عمل بھی مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ عمر بڑھاتا ہے
اور نکھار لاتا ہے۔ اسی لئے حکماء ہند نے اسے اختیار کیا ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ جب ہم چھوٹے اعضاء کو بڑا کرنا چاہتے ہیں تو اس کے
مداوا کے لئے تحریک، مالش اور پھر حصر نفس سے کام لیتے ہیں اور جب کسی عضو کو چھوٹا کرنا
چاہتے ہیں تو سکون و عافیت سے کام لیتے ہیں۔

حمص

چنا مقوی حرارت غریزی و باہ ہے۔

سدیدی: باہ میں بہت اضافہ کرتا ہے، اس کی خاص وجہ اس میں دو خصوصیات کا جمع
ہونا ہے، ایک عمدہ تغذیہ اور حرارت غریزی کی پیدائش، دوسری نفخ و ریاح کی کثرت جس سے

قضیب کی وریدیں بھر جاتی ہیں۔

یہ وجع ظہر، مسوڑھوں کے حار و صلب اورام اور تحت الاذن اور خصیہ کے اورام میں مفید ہے۔

اگر اس کے آٹے کو دودھ میں پکا کر کھائیں تو یہ اسے استعمال کرنے کی کسی دوسری شکل سے زیادہ پھیپھڑے کے تغذیہ کے لئے مؤثر ہے۔ آواز صاف کرتا ہے۔ اس کے پانی میں بورہ (پاپڑی لون) ڈال کر استعمال کرنے سے جس سے کہ سدد کی تفتیح ہوتی ہے، استسقا اور یرقان کو فائدہ ہوتا ہے۔

یہ مفتت حصاۃ گردہ و مثانہ، مخرج جنین اور مدر بول ہے۔ اگر اسے گوشت کے ہمراہ پکایا جائے تو گوشت کے ہضم میں معین ہوتا ہے۔ اس کے پانی سے دھونے سے کپڑے سے خون کا رنگ چھٹتا ہے۔

حرف خ

خمر

ابن ہبل نے لکھا ہے کہ مشروبات کی بہت سی قسمیں ہیں جو مختلف چیزوں سے تیار کی جاتی ہیں۔ مگر وہ مشروب جو انگور سے بنایا جاتا ہے وہ شراب ہے۔ یہ نشہ آور مشروبات میں سب سے بہتر اور روح کے مزاج کے لئے سب سے مناسب مشروب ہے۔ شراب حرارت غریزی کو بڑھاتی ہے اور جسم کے مختلف حصوں میں اسے پھیلاتی ہے۔

نجیب الدین سمرقندی نے لکھا ہے کہ شریعت میں شراب نوشی سے اسی طرح منع کیا گیا ہے جس طرح سے کہ لحم خنزیر سے کیا گیا ہے۔ اطباء متقدمین و متاخرین نے شراب کی دو بڑی منفعتیں بیان کی ہیں۔ ان منفعتوں کا تعلق ان لوگوں کے مطالب و مقاصد سے ہے جو دنیاوی لذتوں سے مطمئن اور راضی ہیں۔ ان میں سے ایک منفعت کا تعلق جسمانی صحت و قوت سے ہے اور دوسری منفعت نفسانی سرور و نشاط سے تعلق رکھتی ہے۔ اطباء اس پر بھی متفق ہیں کہ سکر کی حد تک اس کی کثرت بلا استثنا تمام لوگوں کے لئے نقصان دہ ہے۔ لیکن اس کا قلیل استعمال جس میں سکر کم ہو سب لوگوں کے لئے نہیں بلکہ لوگوں کی بعض اصناف کے لئے

زیادہ اور بعض اصناف کے لئے کم پھر اس صنف کے سب لوگوں کے لئے نہیں بلکہ ایک شخص کے لئے زیادہ اور ایک شخص کے لئے کم، اسی طرح مزاج کے لحاظ سے، حالت کے لحاظ سے، وقت کے لحاظ سے اور مقدار کے لحاظ سے کم یا زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کے لئے اور بھی دوسری شرائط ہیں جن کی پابندی و مواظبت سے نفع میں کمی وزیادتی ہوتی ہے۔ جیسے اگر طبیب حاذق پھولوں، نازنینوں خوشبوؤں، لوگوں کے مزاج کے مطابق حار یا بارد عطریات، اور مغنی کے گانے سے محفل شراب آراستہ کرے اور محفل سے وہ ساری چیزیں رفع کردی جائیں جو غم اور انقباض طبیعت کا باعث ہوتی ہیں جیسے مکان کی خرابی، جسمانی گندگی، میلا کچیلا لباس، غمگین و اداس چہرے۔ شرکاء محفل غسل بدن کے بعد صاف ستھرے کپڑے پہنے ہوں، سر اور داڑھی کے بالوں میں کنگھا ہو، ناخن کٹے ہوئے ہوں، محفل بلند اور کشادہ جگہ پر آب رواں کے قریب منعقد ہو اور ساتھ میں بذلہ سنج اور خوش مزاج احباب موجود ہوں۔ یہ اس لئے کہ شراب قوئ نفسانیہ کو تحریک دیتی ہے اور خواہشات نفس کو برانگیختہ کرتی ہے۔ چنانچہ جب شہوانی قوتیں اپنا مطلوب نہیں پاتیں تو وہ اذیت محسوس کرتی ہیں اور منقبض ہوتی ہیں۔ اور نفس مطلوب کے حاصل نہ ہونے کے سبب اپنے انقباض کی وجہ سے شراب کو قبول نہیں کرتا اور اس میں ضروری تصرفات میں سے کوئی تصرف واقع نہیں ہوتا تو شراب کا نفع کم ہو جاتا ہے۔ بلکہ بعض اوقات نفس کے عدم تصرف کی وجہ سے بگاڑ اور اخلاط صالحہ میں فساد لاحق ہوتا ہے اور اس کا نقصان زیادہ ہوتا ہے۔

اگر ان شرائط سے آگاہ کوئی شخص ان ضابطوں کو پیش نظر رکھے اور ان احتیاطوں سے غفلت نہ برتے اور اس کی طبیعت و مزاج شراب کے موافق ہو، اور وہ اپنے نفس پر ضبط و قدرت رکھتا ہو اور اپنی خواہشات سے مغلوب نہ ہو تو وہ شراب سے بھرپور لطف اٹھاتا ہے۔

عام طور پر شراب کا شوق و شغل انسان کو بے قابو کر دیتا ہے، وہ اعتدال اور ضبط کا پابند نہیں رہتا اور اس مقدار پر قناعت نہیں کرتا جو اس کے مزاج کے لحاظ سے سود مند ہے۔ اس لئے کہ شراب کی قلیل مقدار زیادہ مقدار کی متقاضی ہوتی ہے۔

غذا اور مشروبات میں سے کوئی چیز ایسی نہیں ہے جس کا آخری ذائقہ پہلے ذائقہ سے زیادہ لذیذ اور خوش مزہ ہو، سوائے شراب کے کہ اس کا ہر بعد کا جرعہ پینے والے کو پہلے جرعہ

سے زیادہ لذت وسرور عطا کرتا ہے۔ اسی لئے شراب پینے والے کا شوق وشغف اور اس کی حرص بڑھتی رہتی ہے اور مزید کی طلبگار ہوتی ہے۔ شراب اگر اعتدال سے پی جائے تو وہ روح کو زیادہ لذت پہنچاتی ہے۔ اگر اس کا مزاج معتدل اور قوام بہت روشن اور خوشبودار ہو تو یہ فرحت کے لئے آمادہ کرتی ہے اور تفریح پیدا کرنے والے اسباب میں سے معمولی سبب سے سرور پیدا کرتی ہے۔ اس کے پیتے وقت خیال ہوتا ہے کہ جتنا زیادہ پیا جائے گا اتنا ہی فرحت ونشاط زیادہ ہوگا۔ یہاں تک کہ وہ بدن، نفس اور دین ودنیا کے مصالح سے غافل ہوجاتا ہے۔

شراب کی قلیل مقدار زیادہ مقدار کی طلبگار ہوتی ہے۔ اور زیادہ مقدار بہت سی بیماریوں سل، دق، استسقا، خفقان، خناق قلبی، سکتہ اور اچانک موت کو دعوت دیتی ہے۔ خدا کے ذکر سے باز رکھتی ہے۔ اور عداوت، بغض اور دین ودنیا کے فساد کا باعث ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اس سے سرے سے باز رکھنے کے لئے اس کی قلیل اور کثیر مقدار کو حرام قرار دیا ہے۔

صاحب تذکرہ نے لکھا ہے کہ اگر حرمل کا جوشاندہ پیا جائے تو وہ خمر کی طرح نشہ آور ہے۔ کہا جاتا ہے کہ وہ رنگ صاف کرتا ہے۔ جماع کی تحریک پیدا کرتا ہے۔ مسمن بدن ہے اور سکر پیدا کرنے کے سبب عشق کا ازالہ کرتا ہے۔ اس کا ۵ گرام سفوف ۱۲ دن مسلسل رات کو کھائیں تو عرق النسا کے لئے مفید ومجرب ہے۔

اگر پوست بیخ کبر ۱۰ گرام پانی میں خوب جوش دے کر رب انگور حل کر کے پئیں تو وہ مثل شراب کے نشہ لاتا ہے۔ اور یہ مجرب ہے۔

افلاطون اور رازی کا بیان ہے کہ جب جماع کا قصد کیا جائے تو اس شب مرد یا عورت کو کوئی نشہ آور چیز استعمال نہیں کرنا چاہئے۔

خولنجان

مقوی حرارت غریزی وکاسر ریاح ہے۔ قولنج اور کھٹی ڈکار کے عادی لوگوں کو فائدہ کرتا ہے۔ باہ بڑھاتا ہے۔ گردہ اور کولھے کی برودت دور کرتا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ اگر اس کا ٹکڑا منہ میں رکھیں تو بہت انتشار اور استادگی پیدا کرتا ہے۔

زیادہ بہتر یہ ہے کہ خولنجان ۲ گرام باریک پیس کر نصف لیٹر گائے کے دودھ پر چھڑکیں اور نہار منہ پئیں، باہ بڑھانے میں مجرب ہے۔ یہ بہترین ہاضم اور حابس بول بھی ہے۔

مزاج: تیسرے درجہ کے پہلے مرتبہ میں حار یابس ہے۔

حرف الدال

دار چینی

مقوی حرارت غریزی ہے۔ کھانا بسہولت نیچے اتارتی ہے، اس کا روغن کھانے اور لگانے دونوں صورتوں میں حشرات کے کاٹے میں نفع دیتا ہے۔ یہ باردامراض کو زائل کرتی، معدہ کو تقویت دیتی، ہضم کی اعانت کرتی اور باہ بڑھاتی ہے۔ اس کا سرمہ سدر اور عشاوہ کو فائدہ دیتا ہے۔

رازی نے کہا ہے کہ اسے کھانے سے یا غذا میں شامل کرنے سے بصارت تیز ہوتی ہے اور تاریکی چشم زائل ہوتی ہے۔

ابن ہبل نے لکھا ہے کہ اگر اسے شکر کے ساتھ روزانہ صبح ۳ گرام کھائیں تو نسیان کے لئے نفع مند ہے۔

جالینوس کا بیان ہے کہ شہد کے ہمراہ اس کا استعمال نافع فالج ہے۔ احمد بن ابی خلد نے لکھا ہے کہ اسے مصطگی کے ساتھ پکا کر کھانے سے فواق کی شکایت رفع ہوتی ہے۔

دیسقوریدوس کے مطابق یہ کھانے اور حمول کرنے دونوں صورتوں میں مدر بول و طمث اور مسقط جنین ہے۔ سموم اور کیڑوں مکوڑوں کے کاٹے میں فائدہ کرتی ہے۔ شہد کے ہمراہ ملا کر لگانے سے بثور لبنیہ اور کلف کا ازالہ کرتی ہے۔ سعال مزمن، نزلات، وجع الکلیہ اور عسر بول میں مفید ہے۔ اگر اسے باریک کر کے شراب کے ساتھ ملائیں اور سایہ میں خشک کر کے رکھیں تو یہ طویل عرصہ تک محفوظ رہتی ہے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ اس میں موجود عطریت کی بنا پر اس میں تفریح کی خاصیت پائی جاتی ہے۔

مزاج: حار یابس درجہ سوم۔ بعض لوگوں نے دوسرے درجہ میں یابس لکھا ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ یہ رطب ہے۔

دار شیشعان

ایک جڑ ہے جس میں خوشبو اور عطریت موجود ہوتی ہے۔ ذائقہ قبض کے ساتھ چرپرا اور حریف ہوتا ہے، مقوی حرارت غریزی ہے۔

اگر اس کے جوشاندہ سے کلیاں کی جائیں تو قلاع اور منہ کے خراب زخموں کو فائدہ دیتا ہے۔ دانتوں کی حفاظت کرتا ہے اور ان کے لئے بہت نفع مند ہے۔ اس کا جوشاندہ قبض پیدا کرتا ہے۔ نفث الدم قطع کرتا ہے۔ عسر بول اور نفخ زائل کرتا ہے۔ مثانہ اور عصب کو قوی کرتا ہے۔

مزاج: مرکب القوی مائل بہ حرارت اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔

دار فلفل

مقوی حرارت غریزی، مفرح قلب، منقی راس وصدر ہے۔ اسی لئے سعال مزمن اور نزلات میں فائدہ کرتی ہے۔ جگر کے سدوں کو کھولتی ہے۔ بیضہ مرغ کے ساتھ معدہ، استسقا اور اوجاع رحم کو فائدہ دیتی ہے۔ ہوام کی سمیت میں مفید ہے۔ بچھو کے کاٹے پر انجیر کے ساتھ اس کا ضماد کرنا چاہئے۔ نافع اوجاع کلیہ ورحم ہے۔ پینے اور حمول کی صورت میں بول وطمث کا ادرار کرتی ہے۔ کھانے اور لگانے کی صورت میں عشاوہ اور ظلمت بصر کو فائدہ دیتی ہے۔ پانی کے ہمراہ کھانے سے صرع اور فالج کو بالخاصیت نفع ہوتا ہے۔

اس کا روغن جالی، مذیب، محلل اور رعشہ کے لئے عجیب ہے۔ ذہن وفکر کو جلا بخشنے میں خصوصیت رکھتا ہے۔

مقدار خوراک ۳ گرام

مزاج حار یابس درجہ دوم

درونج

ایک نبات کی جڑ ہے۔ جو بچھو کی شکل کے مشابہ ہوتی ہے۔ اس کے ذائقہ میں ہلکی کڑواہٹ اور تھوڑی عطریت پائی جاتی ہے۔ اس کی بہترین قسم شام سے حاصل ہوتی ہے۔ یہ مقوی حرارت غریزی ہے، معدہ، امعاء اور رحم کے غلیظ ریاح کو اپنی قوت تلطیف و تحلیل کے ذریعہ رفع کرتی ہے۔ انجیر کے ہمراہ پینے اور لگانے سے بچھو اور تیلا کے کاٹے میں فائدہ ہوتا ہے۔ تفریح و تقویت قلب کے لئے بالخاصیت بہت عمدہ دوا ہے۔ یہ ایسے پانی کے ساتھ جس میں شراب تفاح ملی ہوئی ہو قلب کی تسخین ختم کرتی ہے۔ خفقان حار کے لئے اس کے ساتھ تھوڑا کافور ملا کر استعمال کریں، اس سے اس کی خاصیت بڑھ جاتی ہے اور خفقانی کیفیت رفع ہوتی ہے۔

بدل: ہموزن زرنباد اور تہائی وزن قرنفل۔

مزاج: حار یابس دوسرے درجہ کے آخر میں اور کہا جاتا ہے کہ تیسرے درجہ کے اول میں۔

دلک

دلک معتدل منعش و مقوی حرارت غریزی ہے۔ خصوصاً اگر یہ عمل محبوبہ کے ہاتھوں انجام پائے۔ دلک ہضم میں اعانت کرتی ہے۔ اخلاط میں تلطیف پیدا کرتی ہے اور بدن کو تروتازہ بناتی ہے۔

نفیس کا کہنا ہے کہ اس کے بہت سے مخصوص فائدے ہیں۔ ان میں سے ایک یہ کہ کسی خاص عضو کا غلیظ یا لزج محتبس مادہ بلحاظ احتیاج جس قدر خارج ہونا چاہئے وہ سوائے دلک کے کسی دوسرے ذریعہ سے خارج نہیں ہوتا ہے۔ اسی طرح یہ کہ اگر کسی عضو کو جو طبعی مقدار سے چھوٹا ہے بڑا کرنا مقصود ہے تو اس کے واسطے دلک نہایت لازمی ہے۔ اس لئے کہ عِظَم اس عضو میں غذا کے نفوذ سے حاصل ہوتا ہے، جس کے لئے حرارت درکار ہوتی ہے۔ حرارت سے افعال تغذیہ کو اچھی طرح انجام دینے میں مدد ملتی ہے اور اس کی مجاری وسیع ہوتی ہیں، اور یہ بات دلک سے زیادہ بہتر طور پر کسی دوسری چیز سے حاصل نہیں ہوتی ہے۔

جہاں تک حرکت کا تعلق ہے تو اگر وہ عام ہے تو اس سے عضو کی مخصوص غرض پوری نہیں ہوتی ہے۔ اور اگر وہ خاص ہے تو وہ غرض کے حصول پر قدرت نہیں رکھتی ہے اور اس سے مطلوبہ فائدہ حاصل نہیں ہوتا ہے۔ نیز یہ کہ اس عضو مخصوص کی حرکت کے ساتھ اس کے ان مجاور اعضاء میں بھی حرکت واقع ہوتی ہے جن کو بڑا کرنا مقصود نہیں ہے۔

دلک کا ایک فائدہ یہ ہے بعض اعضاء پر بہت زیادہ بردوت یا ڈھیلا نرم مادہ مستولی ہو جاتا ہے۔ انہیں دلک کے علاوہ کوئی چیز زائل نہیں کر سکتی ہے۔

اس کے فوائد میں سے ایک یہ بھی ہے کہ جب مادہ کو بلند اعضا سے زیریں اعضاء کی طرف منتقل کرنے کی ضرورت پیش آتی ہے تو اس کے لئے دلک کے سوا کوئی دوسری سعی بہت کارگر ثابت نہیں ہوتی۔

حرف ذال

ذہب

مقوی حرارت غریزی و مقوی قلب و بدن ہے۔ اس کی ملکیت بھی بالخاصیت یہی تاثیر رکھتی ہے۔ سونا مفرح نفس ہے، خفقان کو فائدہ دیتا ہے۔ اس کی خاص خصوصیت یہ ہے کہ خواہ اس کی طرف نظر کی جائے یا اسے پہنا جائے یا اسے داخلی طور پر استعمال کیا جائے، اس کے ذریعہ قلب کو بہترین تفریح حاصل ہوتی ہے۔

ابن سینا نے اسے معتدل لطیف لکھا ہے۔ تمیمی کا بیان ہے کہ اس کی انگوٹھی سحر کا ازالہ کرتی ہے، اس کو منہ میں رکھنے سے منہ کی بدبو رفع ہوتی ہے اور اس کا سرمہ آنکھ کو قوی کرتا ہے۔ ابن حیان کا کہنا ہے کہ سونے کی سلائی سے سرمہ آنکھ کو قوت دیتا اور اس کی خراب رطوبت کو صاف کرتا ہے۔ پلکوں کے بال اگاتا ہے اور انہیں ٹوٹنے سے بچاتا ہے۔

موسی ابن میمون نے لکھا ہے کہ اگر اسے گرم کر کے سرکہ میں کئی مرتبہ بجھائیں اور اس سے کلی کریں اور منہ میں روکیں تو یہ منہ میں خوشبو اور نکہت پیدا کرتا ہے اور منہ کی بدبو دفع کرتا ہے۔

مالقی رقم طراز ہے کہ خالص سونے کا ٹکڑا لٹکانے سے انسان نیند میں نہیں

ڈرتا۔ کھانے پینے میں سونے کے برتنوں کا مستقل استعمال نافع صرع اور مانع خمار ہے۔ اگر سونے کو برتن میں ڈال کر پکائیں یا سونے کے برتن میں پکائیں تو یہ مقوی عام ہے۔

سونے کے مکوی سے عمل کئی کی انجام دہی داغ دینے کی سب سے بہتر اور نافع شکل ہے۔

قرشی نے لکھا ہے کہ سونے کا میل ادویہ سودا میں شامل کیا جاتا ہے۔

اس کا بدل اس کی دو چند چاندی ہے۔

حرف را

راسن

مقوی حرارت غریزی ہے۔

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ اس کی ایک قسم بستانی ہے اور دوسری قسم وہ ہے جو ایک ہاتھ اونچی ہوتی ہے اور زمین پر نمام کی طرح پھیلی ہوئی ہوتی ہے۔ اس کا نفع مند حصہ اس کی جڑ ہے۔ سبز اور تازہ جڑ سب سے اچھی ہوتی ہے۔ راسن دوسرے درجہ میں حار یابس ہے اور کہا جاتا ہے کہ تیسرے درجہ میں ہے۔ اس میں ایک رطوبت فضلیہ پائی جاتی ہے۔ اگر روغن میں پکا کر اس کا طلا کریں تو اورام عرق النسا اور وجع مفاصل میں فائدہ کرتا ہے۔

اس کا لعوق منفث بلغم اور مفرح و مقوی قلب ہے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ تفریح و تقویت قلب کی اس میں عجیب خصوصیت ہے۔ اس کی مصری قسم خاص طور پر سب سے اچھی ہوتی ہے۔ راسن بول و حیض کا ادرار کرتا ہے اور ہوام کے کاٹے میں مفید ہے۔ اس کی مقدار خوارک ۷ گرام ہے۔ کہا جاتا ہے کہ یہ پیشاب کم کرتا اور منی بڑھاتا ہے۔

اس میں جو رطوبت فضلیہ موجود ہوتی ہے اس سے وہ شہوت باہ بڑھاتا ہے۔

منصوری کے مطابق مفتح سدد کبد و طحال ہے۔

بقراط کا کہنا ہے کہ راسن رنج و غم اور غصہ کا ازالہ کرتا ہے اور آفات سے بچاتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ فم معدہ کو قوی کرتا ہے اور عروق کے فضلات کو بول اور طمث کے ذریعہ

خارج کرتا ہے۔ خاص کر جبکہ اس کی شراب بنا کر استعمال کی جائے۔

اصحاب تجربہ کے مطابق یہ معدہ کو تسخین پہنچاتا ہے اور بطن کی تلیین کرتا ہے۔ کمر اور مفاصل کا درد دور کرتا ہے۔ اخلاط لزجہ سے سینہ اور پھیپھڑے کا تنقیہ کرتا ہے۔ اسی لئے سعال اور ربو میں مفید ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ یہ مسخن بدن اور کاسر ریاح ہے۔ ڈکار لاتا ہے اور کھانا ہضم کرتا ہے۔

رش الماء البارد

چہرہ پر ٹھنڈا پانی خاص طور پر عرق گلاب اور سرکہ ملا کر ڈالنا، قرشی کے مطابق منعش ومقوی حرارت غریزی ہے۔ انعاش کی وجہ یہ ہے کہ یہ عمل چہرہ کو اذیت پہنچاتا ہے جس سے حرارت غریزی برانگیختہ ہو کر باہر کی طرف حرکت کرتی ہے۔ نیز یہ مسانات بند کرتا ہے۔ اور بڑھی ہوئی حرارت کو تحلیل کرنے کے سبب تسکین پہنچاتا ہے۔

تقویت کی وجہ یہ ہے کہ یہ عمل ایذا رساں سبب کو دفع کرنے کے لئے بدن کے مختلف حصوں سے طاقت کو جمع کرتا اور مقابلہ کرتا ہے۔

اگر مریض کمر کے بل لیٹے تو یہ عمل نکسیر روکتا ہے۔ اور حمام کے کرب سے یا مثلاً حمیات حادہ کے سبب سے لاحق شدہ غشی کو فائدہ دیتا ہے۔

رُطب

مقوی حرارت غریزی ہے گذشتہ صفحات میں اس کا ذکر کیا جا چکا ہے۔ یہ بارد معدہ کے لئے نافع ہے۔ منی بڑھاتی ہے۔ تلیین طبعیت کرتی ہے اور مسمن بدن ہے۔

ایلاقی نے لکھا ہے کہ رطب حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتی ہے۔ اور لطیف خون پیدا کرتی ہے۔

لیکن صاحب منہاج کا کہنا ہے کہ اس سے جس خون کی تولید ہوتی ہے وہ اچھا نہیں ہوتا ہے، عفونت کو جلد قبول کرتا ہے اور درد سر پیدا کرتا ہے۔

اس کی اصلاح پہلے بادام وخشخاش سے اس کے بعد خس وخیار کو سرکہ اور سکنجبین کے ساتھ ملا کر پینے سے کی جاتی ہے۔

صاحب منہاج کے اس بیان کے بارے میں مولانا حکیم عزالدین سے سوال کیا تو انہوں نے جواب دیا کہ اس کے سلسلہ میں صاحب منہاج کا بیان درست ہے۔

خشک کھجور تمر کہلاتی۔

مزاج: تقویم میں رطب کو حار رطب درجہ اول میں لکھا ہے۔ منہاج کے مطابق دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں رطب ہے۔ اور کہا جاتا ہے کہ اس کی حرارت اس کی رطوبت سے کم ہوتی ہے۔

رمان

انار مقوی حرارت غریزی ومقوی قلب وروح کبدی ہے۔

سید اسمعیل کا کہنا ہے کہ اس کے پتے برص الاظفار کو زائل کرتے ہیں۔ ابن وافد کے مطابق انار شیریں وانار ترش کے گودے کا نچوڑا ہوا پانی مسکن، مسہل اور ملطف ہے۔ لیکن اس کا استعمال ان لوگوں کے لئے مناسب نہیں ہے جو حلق اور صدر کی خشونت میں مبتلا ہوں۔ صاحب مغنی نے لکھا ہے کہ جس طرح عنبر ضعف جگر دور کرنے اور قلب ودماغ کو قوی کرنے کی خاصیت وتاثیر رکھتا ہے اسی طرح انار میں اخلاط کو تعفن اور تغیر سے بچانے کی خصوصیت پائی جاتی ہے۔ جبکہ انگور کو جگر کی تقویت اور نضج مواد میں وصف وامتیاز حاصل ہے۔

آب انار ترش کے منافع میں ہے کہ اگر اسے آنکھوں میں لگائیں تو یرقان کو فائدہ دیتا ہے اور اس کے پیلے پن کا ازالہ کرتا ہے۔ اگر اس کے گودے (شحم) کا پانی نکال کر اسے قدرے شہد کے ساتھ اس قدر پکائیں کہ اس کا قوام مرہم کی طرح گاڑھا ہو جائے، اسے آنکھ میں لگانے سے ظفرہ دور ہوتا ہے اور غلیظ رطوبات سے آنکھ صاف ہوتی ہے۔ اسے ناک میں ٹپکانے سے ناک کا لحم زائد قطع ہوتا ہے۔ مسوڑھوں پر لتھیڑنے سے آکلۃ الفم کو فائدہ پہنچتا ہے۔

معلوم ہونا چاہئے کہ آب انار ترش قابض اور آب انار شیریں ملین ہے۔ لیکن کھٹے

میٹھے انار کا پانی نہ قبض کرتا ہے نہ تلیین۔اس کا میں نے کئی بار تجربہ کیا ہے۔میں نے اس مسئلہ کو بہت سے اطبا کے سامنے رکھا اور کہا کہ قیاس چاہتا ہے کہ کھٹے میٹھے انار میں بھی ان دونوں اناروں سے ذائقہ اور مزاج کی یکسانیت کی وجہ سے تلیین کی خصوصیت پائی جانی چاہیئے۔ انہوں نے جواب میں کہا کہ وہ بھی آب انارین کی طرح تلیین کرتا ہے۔انہوں نے یہ بھی کہا کہ غالبا کھٹا میٹھا انار متقدمین کے زمانہ میں نہیں ہوتا تھا لہذا انہوں نے صرف آب انارین کے بارے میں حکم لگایا ہے۔ میں نے حقیقت جاننے کی خاطر متقدمین کی بکثرت کتابوں کا مطالعہ کیا۔ یہاں تک کہ میں نے بقراط کی کتاب ابیذ یمیا کے تیسرے مقالہ میں پایا کہ آب انار مز یعنی کھٹے میٹھے انار کا پانی تلیین بطن نہیں کرتا ہے جبکہ آب انار تلیین کا کام کرتے ہیں۔ اس لئے کہ ترش و شیریں انار کے مرکب پانی میں جو شیرینی ہوتی ہے وہ سچی اور خالص ہوتی ہے۔ کیونکہ ان کے پورے طور پر پکنے اور پھل بننے کا عمل درختوں پر مکمل ہوتا ہے۔ پھر جب مٹھاس سچی اور کامل ہوتی ہے تو اس میں جلا اور غسل کا عمل زیادہ ہوتا ہے۔

چنانچہ حلاوت کے جلا و غسل دینے اور حموضت کو تحلیل کرنے اور باز رکھنے کی وجہ سے وہ دواء ملین بن جاتی ہے۔

جہاں تک کھٹ میٹھے پن کا تعلق ہے تو اس میں حلاوت آبی، ضعیف الفعل اور پھیکے پن کے قریب ہوتی ہے۔ اور جب حموضت جوش مارتی ہے تو وہ شیرینی حل کرتی ہے اور اس میں اسی طرح فعل کرتی ہے جیسے سرکہ میں شیریں پانی کرتا ہے۔ اور ان دونوں سے تبرید کی ایک کیفیت زائدہ پیدا ہوتی ہے، جو نہ قابض ہوتی ہے اور نہ ملین۔

مزاج: انار شیریں حار رطب ہے بعض لوگوں نے اسے حرارت و برودت میں معتدل لکھا ہے اور یہ بھی کہا جاتا ہے کہ بارد رطب درجہ اول میں ہے۔

انار ترش کا مزاج بارد یابس دوسرے درجہ میں ہے۔

ریاضت معتدلہ

معتدل ریاضت مقوی حرارت غریزی ومقوی معدہ ہے۔

معلوم ہونا چاہئے کہ ریاضت کی تمام قسمیں جب تک کہ افراط کی حدتک پہنچ کر رطوبات تحلیل نہ کریں، حرارت وتسخین پیدا کرتی ہیں۔ اور اس سے آرام وسکون ملتا ہے۔ لیکن جب ریاضت زیادہ ہوتی ہے تو رطوبات اصلیہ کا تحلل بڑھ جاتا ہے اور بالعرض برودت لاحق ہوجاتی ہے۔ اس لئے کہ رطوبت اصلیہ حرارت غریزی کا مادہ اور اس کی حامل ہے۔ لہذا رطوبت اصلیہ کے کم ہونے کے سبب حرارت کم ہوجاتی ہے اور برودت کا غلبہ ہوجاتا ہے۔

لیکن اگر ریاضت اعتدال سے ہو تو سخونت کے ساتھ حرارت غریزی میں برانگیختگی اور ابھار پیدا ہوتا ہے، رطوبات غلیظہ تحلیل ہوتی ہیں اور ہضم کا عمل خوب انجام پاتا ہے۔

علامہ (نجیب الدین سمرقندی) کا کہنا ہے کہ معتدل ریاضت حرارت غریزی کو قوی اور برانگیختہ کرتی ہے۔ فضلات کو تحلیل کرتی ہے۔ بدن کو تازگی بخشتی ہے۔ رنگت نکھارتی ہے۔ مفاصل کو سخت کرتی ہے۔ عضلات واعصاب کو طاقتور بناتی ہے۔ شہوت ابھارتی ہے۔ ہضم بہتر کرتی ہے اور علاج سے بے نیاز کرتی ہے یا اس سے زیادہ پُراثر ہوتی ہے۔

جالینوس نے اپنی کتاب حفظ الصحت میں لکھا ہے کہ ریاضت، لطیف اغذیہ اور مسہل ادویہ سے زیادہ افضل اور زیادہ نفع بخش ہے۔ اس نے اپنی دوسری کتاب فی الغذا میں کہا ہے کہ جو شخص مقدار کے مطابق ریاضت کرتا ہے اسے کسی تدبیر کی فکر کی ضرورت نہیں ہے۔

بقراط کا بیان ہے کہ دوا تنقیہ کرتی ہے مرض کا ازالہ کر کے اس پر غالب آتی ہے او فضول وسمی مواد کا استفراغ کرتی ہے۔ جبکہ ریاضت فضلات تحلیل کرتی ہے، قوتوں کو تقویہ پہنچاتی ہے، حرارت غریزی کو ابھارتی ہے، مفاصل کو مضبوط بناتی ہے اور اوتار کو قوی کر ہے۔ وہ جہاں اس علاقہ اور شہر کے باشندوں کی صحت کا نمونہ پیش کرتی ہے، اسی کے ساتھ وہا کے لوگوں کی کھانے پینے کی ترتیب، سوءِ تدبیر اور کثرت امراض کا بھی اس سے پتہ چلتا ہے۔

بقراط نے یہ بھی کہا ہے کہ ہر وہ حرکت جو بدن کو متحرک کرتی ہے، اسے اسی وقت

جاری رکھنا چاہئے جب تک کہ اس سے تکان نہ پیدا ہو، ریاضت کے بعد اعتدال کے ساتھ سکون حرارت غریزی کو قوت بخشتا ہے۔

حرکت وسکون نفسانیہ، حرکت وسکون بدنیہ کی طرح ہیں۔ یہ دونوں اگر اعتدال کے ساتھ ہوں تو ان سے حرارت غریزی کو قوت حاصل ہوتی ہے اور اگر ان میں زیاتی ہو تو ان سے حرارت غریزی میں ضعف لاحق ہوتا ہے، جیسا کہ آئندہ ذکر کیا جائیگا۔ جہاں تک نیند اور بیداری کا تعلق ہے تو نیند سکون سے اور بیداری حرکت سے مشابہ ہے۔ معلوم ہونا چاہئے کہ مرد کے چت لیٹنے اور بچے کے پیٹ کے بل لیٹنے سے حرارت غریزی کو قوت ملتی ہے اور یہ عمل ہضم میں معین ہوتا ہے۔ یہ بھی علم میں رہنا چاہئے کہ چادر اوڑھنے اور بغیر تکیہ کے سونے سے بھی ہضم بہتر ہوتا ہے۔

واضح ہو کہ جس طرح کہ کھانے سے قبل حرکت وریاضت صحتمند لوگوں کی حفظ صحت کے لئے بہترین اور مفید ترین اسباب میں ہے، اسی طرح کھانا کھانے کے بعد ان کی صحت زائل کرنے کا سب سے بڑا اور سب سے مؤثر سبب بھی یہی ہے۔ لہذا ضروری ہے کہ کھانا کھانے کے بعد حرکت اور ریاضت سے بچا جائے۔ سوائے اس قدر کہ وہ غذا کو منحدر کر سکے اور اسے قعر معدہ میں ٹھیرانے میں معاون ہو۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ بعض اوقات ریاضت چھوڑ دینے والا دق میں مبتلا ہو جاتا ہے اس لئے کہ حرکت وریاضت کے باعث روح غریزی میں جو ہر عضو کی زندگی کا آلہ ہے، اٹھان اور برانگیختگی پیدا ہوتی ہے، اور جب اس کو ترک کر دیا جاتا ہے تو اعضاء کی قوتوں میں ضعف آجاتا ہے۔

جالینوس کا کہنا ہے کہ حفظ صحت کے لئے کھانے کے بعد تکان سے اور کھانے سے قبل سکون سے بچنا چاہئے۔ اس لئے کہ کھانے کے بعد تکان سے رطوبت بدن کا جو بدن سے بخارات اور پسینہ کے ذریعہ برابر تحلیل ہوتی رہتی ہے، استفراغ بڑھ جاتا ہے۔ پھر جب رطوبت لحم کم ہو جاتی ہے تو غذا کی احتیاج بڑھتی ہے اور عروق سے خون کا بہاؤ بڑھ جاتا ہے اور جب عروق سے خون کم ہو جاتا ہے تو تکمیل ہضم اور نضج تام سے پہلے غذا معدہ سے جذب ہونا شروع ہو جاتی ہے اور جوان آدمی ان امراض میں مبتلا ہو جاتا ہے جو اسے بڑھاپے سے قبل ہلاک کر دیتے ہیں۔ جالینوس کا یہ بیان اسحٰق بن سلیمان نے نقل کیا ہے۔

اعتدال کے ساتھ گھوڑ سواری بدن کی معتدل ریاضتوں میں ہے۔ یہ مقوی حرارت غریزی ومعدہ ہے۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا کہ وہ ضعف معدہ میں مبتلا تھا اور اسے کسی علاج سے فائدہ نہیں ہو رہا تھا، اس کا گھوڑ سواری سے علاج کیا گیا اور وہ ٹھیک ہو گیا۔

کہا گیا ہے کہ دنیا میں لوگوں کے تین خاص شوق ہیں ایک گھوڑ سواری دوسرے گوشت کھانا تیسرے جماع محبوب۔ بعض لوگوں نے اس میں (بلحاظ ذوق) شیریں تربوز کا بھی اضافہ کیا ہے۔

حکما نے تربوز کی دس خصوصیات بیان کی ہیں، طعام، شراب، پھل، شیرنیت، خوشبو، سنون، تنقیہ مثانہ، تصفیہ بشرہ، تسمین بدن، ازالہ بوئے دہن۔

اعتدال کے ساتھ محبوبہ کے ہاتھ سے دلک کا شمار بھی ریاضت معتدلہ میں ہے۔ یہ مقوی حرارت غریزی، منعش اور بسرعت مسمن بدن ہے۔ نیند لاتی ہے۔ اور یہ ایک ایسی ریاضت ہے جس میں دوسری سب ریاضتوں کی طرح تکان لاحق نہیں ہوتی۔

ریح طیب

خوشبو مقوی حرارت غریزی ہے۔ سلمان نے لکھا ہے کہ معتدل خوشبو پہلے قوت نفسانیہ کو پھر قوت حیوانیہ کو تازگی بخشتی ہے۔

جالینوس کا بیان ہے کہ جو بو قوت شامہ کے موافق ہو وہ خوشبو ہے اور جو حس شم کے منافی ہو وہ بدبو ہے۔

خوشبو کی ایک قسم وہ ہے جس سے نفس کو فرحت و سرور حاصل ہوتا ہے جیسے عطریات اور پھولوں کی خوشبو۔ دوسری قسم وہ ہے جس سے بدن کو لذت اور خوشی ملتی ہے جیسے کھانوں کی خوشبو۔ جہاں تک شراب کی خوشبو کا تعلق ہے تو وہ نفس اور بدن دونوں کی لذت و تفریح کا سامان فراہم کرتی ہے۔

کہا گیا ہے کہ گرم روٹی، ستو اور شراب کی خوشبو غذا سے زیادہ جلدی قوت کو قوی اور برانگیختہ کرتی ہے۔

حرف ز

زباد

زباد (مشک بلائی، مید) 'ز' کے فتح کے ساتھ مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ ایک خوشبو ہے جو بلی سے مشابہ ایک جانور میں پائی جاتی ہے (اس کا شمار بہترین عطریات میں ہے) کہا جاتا ہے کہ یہ میل ہے جو اس کے رحم میں جمع ہوتا ہے۔ تیسرے درجہ میں حار اور رطوبت میں معتدل ہے۔

زرنباد

مقوی حرارت غریزی ہے۔

نجیب الدین سمرقندی نے لکھا ہے کہ تیسرے درجہ میں حار یابس، محلل ریاح و مسمن بدن ہے۔ شراب، پیاز، اور لہسن کی بو دفع کرتا ہے۔ مفرح قلب ہے۔ حشرات کے کاٹے اور ریاح ارحام کو فائدہ دیتا ہے۔

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ قابض، حابس قے اور مسہل سودا ہے۔ مقدار خوراک ۳ گرام۔

ابن سینا کے مطابق اس میں تفریح وتقویت قلب کی خصوصیت پائی جاتی ہے اور یہ دونوں باتیں بالخاصیت اس کی قوت کی وجہ سے انجام پاتی ہیں، جس میں اس کے فعل قبض و تلطیف سے معاونت ملتی ہے۔

زرنباد کو بڑے تریاقات میں شامل کرتے ہیں۔ جو ہر روح سے بہت مناسبت و موافقت کی وجہ سے یہ جگر کی روح کو قوت دیتا ہے اسی وجہ سے اسے مسمن دواؤں میں بھی شامل کیا جاتا ہے۔

واضح ہو کہ دواء مسمن چاند کی زیادہ روشنی کے دنوں میں استعمال کرنی چاہئے۔

زمرد وز برجد

صاحب دیوان اور اکثر اطبا کے مطابق زبرجد زمرد کی تعریب ہے۔ جوہری نے بھی اسے معرب لکھا ہے۔ لیکن کشاف اور قاضی کے کلام سے ظاہر ہوتا ہے کہ وہ دونوں ایک جنس سے نہیں ہیں۔ سعد الدین نے شرح کشاف میں وضاحت کی ہے کہ زمرد ذال معجمہ سے ہے اور باقی حروف پر ضمہ ہے۔ ازہری نے "ز" پر فتحہ بتایا ہے۔ اور یہ کہ وہ زبرجد کے علاوہ ہے۔ اسے جوہری پہچانتے ہیں۔ نصیر الدین کے مطابق زمرد جواہرات میں سے ہے۔ اور زبرجد اژدھے کے سر پر گوشت کے دو ٹکڑوں کا ابھار ہے، جسے زمرد دکھا کر آنکھ پھوڑ کر نکالتے ہیں۔

زمرد وز برجد کھانے اور پاس رکھنے دونوں صورتوں میں مقوی حرارت غریزی ہیں۔ ان کا تعلق ایک ہی جنس سے ہے، مقامات کے لحاظ سے ان میں فرق پایا جاتا ہے۔ یہ ایک سبز رنگ پتھر ہے جو سبزی میں مختلف ہوتا ہے۔ بلاد شام سے حاصل ہوتا ہے۔ مائل بحرارت و یبوست ہے۔ اس کی خاصیت یہ ہے کہ اگر اسے پئیں تو یہ قاتل زہروں اور حشرات کے کاٹے کو فائدہ دیتا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ جو شخص اس کی انگوٹھی پہنتا ہے وہ صرع سے محفوظ رہتا ہے۔ ارسطو نے لکھا ہے کہ اس کی اسی خصوصیت کی بناء پر ہم بادشاہوں کو ہدایت کرتے ہیں کہ وہ ولادت کے وقت اپنے بچوں کے گلے میں اسے لٹکائیں تا کہ وہ صرع سے محفوظ رہیں۔ اس کا پہننا نفث الدم وسیلان الدم میں نافع ہے۔

مقدار خوراک: ۳۵ ملی گرام۔ بدل: مرجان

اگر اسے پیس کر مشکل سے ٹھیک ہونے والے سعفہ کی دواؤں میں ملائیں تو نمایاں فائدہ کرتا ہے۔

صاحب جامع نے لکھا ہے کہ اگر اسے ۵۰۰ ملی گرام کی مقدار میں زہر کا عمل شروع ہونے سے قبل پلائیں تو یہ زہر کا اثر باطل کرتا ہے اور موت سے نجات دلاتا ہے۔ بال جھڑنے اور جلد اترنے کو روکتا ہے۔ اس کی طرف دیکھنے سے ظلمت بصر زائل ہوتی ہے۔ کہا جاتا ہے

کہ اگراس کا برادہ پیا جائے تو نافع جذام ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ اگر سانپ کی نظر عمدہ قسم کے زمرد پر پڑے تو اس کی آنکھیں بہنے لگتی ہیں۔ اور یہ بھی کہا جاتا ہے کہ سانپ اندھا ہو جاتا ہے۔ لیکن یہ غلط مشہور ہے۔ اس قول کی صحت و عدم صحت معلوم کرنے کے لئے میں نے بہترین عمدہ زمرد کا ایک ٹکڑا مدت تک سانپ کی آنکھوں کے سامنے رکھا، لیکن اس کی آنکھوں میں کوئی اثر ظاہر نہیں ہوا۔ پھر میں نے اس کی آنکھوں پر زمرد رکھا، لیکن اس پر بھی اس کی آنکھوں میں کوئی نقصان نہیں پایا۔ پھر میں نے اس کو پیس کر اس کی آنکھوں پر چھڑکا، لیکن اس سے بھی اسے کوئی گزند نہیں پہنچا۔

تمیمی کا کہنا ہے کہ اس کی انگوٹھی پہننے سے فرحت و سرور حاصل ہوتا ہے۔ اور معدہ کا درد سکون پاتا ہے۔ ابو مروان ابن زہر نے لکھا ہے کہ اگر اسے لٹکایا تو یہ صرع کو فائدہ دیتا ہے۔ اسے منہ میں رکھنے سے دانت اور معدہ کو قوت حاصل ہوتی ہے اور قے بند ہوتی ہے۔

زمرد کے احکامات تریاق کی طرح ہیں۔ اسے غذا کے ساتھ جمع نہیں کرنا چاہئے۔ دونوں کے درمیان ۹ گھنٹہ کا وقفہ ضروری ہے۔

زعفران

مقوی حرارت غریزی، مفتح سدد کبد و عروق، نافع عسر تنفس، دابغ و مقوی معدہ، محسن لون اور منوم ہے۔ اگر تھوڑا سا زعفران حلووں اور کھانوں میں ڈالیں تو اس سے قلب کو تقویت ملتی ہے۔ اس کی جڑ سمیت اس کا جوشاندہ ادرار بول کرتا ہے۔ خواہش جماع بڑھاتا ہے۔ اور خواہش طعام کم کرتا ہے۔ علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے لکھا ہے کہ اس کی دو وجہیں ہیں ایک یہ کہ یہ نیند آور ہے۔ اور نیند غذا کے احساس کو غائب کرتی ہے۔ دوسرے یہ کہ یہ ذہن کو سن کرتا اور بند کرتا ہے جس سے قوت دماغیہ مشغول ہو جاتی ہے۔

زعفران بہت قوی مفرحات میں ہے اسے ہنسی کا باعث بتایا گیا ہے۔ اگر کثرت سے استعمال کیا جائے تو روح میں انبساط اور نکھا پیدا کرتا ہے۔ قرشی نے لکھا ہے کہ یہ شراب کے ساتھ بہت زیادہ سرور اور نشہ پیدا کرتا ہے یہاں تک کہ مدہوشی اور نیند طاری ہو جاتی ہے۔

بطور سرمہ آنکھ کو جلا بخشتا ہے۔ عسر ولادت اور عسر تنفس میں سہولت پیدا کرتا ہے۔

صاحب مغنی نے لکھا ہے کہ روح کو باہر بکثرت خارج کرنے کے سبب اس کا کثیر استعمال مہلک ہے۔

دیسقوریدوس کے مطابق اس کی مہلک خوراک ۷ گرام ہے۔

مزاج: صاحب تقویم نے تیسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس اور صاحب منہاج نے دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس لکھا ہے۔ جالینوس کے مطابق اس میں حرارت پہلے درجہ کے آخر میں اور یبس وسط میں پایا جاتا ہے۔

زرنب

مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ نبات سرزمین ہند میں پائی جاتی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ شام میں لبنان کے پہاڑ میں بھی ہوتی ہے۔ اسے رجل الجراد کہتے ہیں۔ اس لئے کہ یہ ٹڈی کے پیر سے مشابہ ہوتی ہے۔ اس میں عطریت اور عمدہ خوشبو موجود ہوتی ہے۔ اسی لئے اسے خوشبوؤں میں شامل کرتے ہیں۔ مقوی قلب اور مفرح نفس ہونے کی وجہ سے یہ بڑے مفرحات کے نسخوں کا جزء ہے۔

مزاج: حار یابس درجہ دوم

زنجبیل

مقوی حرارت غریزی ہے۔ عمر بڑھاتی ہے۔ ابن سمجون نے لکھا ہے کہ اسے اگر بزرگ استعمال کریں تو وہ تیزی سے بوڑھے نہیں ہوتے۔

ابن ماجہ کا بیان ہے اگر شدید سردی کے دنوں میں اسے پانی کے ساتھ کھائیں تو برودت کا ضرر دور کرتی ہے۔

ابن سینا کے مطابق اس کے کھانے سے حافظہ بڑھتا ہے اور نسیان دور ہوتا ہے۔ یہ سر اور حلق کے آس پاس سے رطوبت کھینچ کر لاتی ہے۔ مصطگی کے ساتھ اسے چبانے سے

دماغ سے بکثرت بلغم کا انحدار ہوتا ہے۔

رازی: نظر تیز کرتی ہے اور ظلمت زائل کرتی ہے۔ اس کا سرمہ نافع سلاق ہے۔ مقدار خوراک ۷ گرام

مزاج: سدیدی نے کہا ہے کہ یہ تیسرے درجہ کے اول میں حار اور دوسرے درجہ کے اول میں یابس ہے۔ اس میں رطوبت فضلیہ پائی جاتی ہے، جس کے سبب یہ باہ کو تحریک دیتی ہے۔ اور اسی رطوبت کی وجہ سے اس سے ہضم سوم میں عروق میں ریاح حاصل ہوتے ہیں۔

قرشی کے مطابق یہ کھانا ہضم کرتی ہے، معدہ اور جگر کی برودت رفع کرتی ہے۔ پھلوں کے استعمال سے معدہ میں عارض ہونے والی تری کو زائل کرتی ہے اور تلیین بطن کرتی ہے۔

اس کا بدل فلفل سیاہ ہے۔

زیتون

مقوی حرارت غریزی ہے۔ قرآن مجید میں والتین والزیتون آیا ہے۔ قاضی کا بیان ہے کہ قسم کے لئے پھلوں میں اس کی تخصیص کی وجہ یہ ہے کہ انجیر ایک خوش ذائقہ پھل ہے، اس کی فصل نہیں ہوتی ہے۔ وہ غذاء لطیف، سریع الہضم اور کثیر المنفعت دوا ہے۔ یہ ایک ایسا پھل ہے جو ہمیشہ رہتا ہے، پھر غذا کے ساتھ یہ دوا بھی ہے۔ اس کا روغن لطیف اور بہت نفع مند ہے۔

اقسرائی نے لکھا ہے کہ روغن زیتون کچے اور پکے پھل سے نچوڑ کر تیار کیا جاتا ہے۔ زیت الانفاق صرف کچے پھل سے بنتا ہے، اس کے نام کی وجہ نفع کی خاطر اس کی تیاری ہے۔

صاحب تذکرہ نے لکھا ہے کہ اگر بچھو کے کاٹے پر اس کا روغن لگائیں تو اس کے درد کو تسکین دیتا ہے۔

قرشی کے مطابق معدہ اور بالوں کو قوت دیتا ہے۔ بڑھاپے کی رفتار سست کرتا ہے اور صحتمند لوگوں کے لئے اس کا استعمال نفع مند ہوتا ہے۔ نمکین زیتون قلاع کو فائدہ دیتا ہے آگ سے جلنے پر آبلہ نہیں پیدا ہونے دیتا۔ مسوڑھوں کو مضبوط کرتا ہے۔

برگ زیتون حمرہ، نملہ، قلاع، خراب قروح اور شریٰ کو فائدہ دیتا ہے۔ پسینہ کو روکتا

ہے اور داخس کے لئے بہترین ہے۔

حرف سین

ساذج

مقوی حرارت غریزی ہے۔اپنی عطریت کی وجہ سے بردت معدہ، جگر، خفقان اور بخر کے لئے نافع ہے۔آنکھ کا ورم دور کرتا ہے اسے منہ میں خوشبو کی خاطر زبان کے نیچے رکھتے ہیں۔اسی طرح اسے کپڑوں کے ساتھ کیڑوں سے بچانے کے لئے رکھا جاتا ہے۔یہ ان میں خوشبو بھی پیدا کرتا ہے۔
مقدار خوراک: ۲ گرام۔بدل: سنبل۔مزاج: رازی کے مطابق حار درجہ سوم یا بس درجہ دوم

سعد

سعد 'س' کے پیش کے ساتھ ہے۔یہ ایک نبات کی جڑ ہے جو کرنب سے مشابہ ہوتی ہے۔سعد مقوی حرارت غریزی ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ یہ عقل میں اضافہ کرتا ہے، کاسر ریاح ہے۔معدہ کو دباغت دیتا ہے۔رنگ نکھارتا ہے۔بواسیر کے لئے عمدہ اور معدہ اور خاصرہ کے لئے نفع مند ہے۔خوشبو پیدا کرتا ہے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ یہ استرخاء لثہ کو فائدہ دیتا ہے، یادداشت بڑھاتا ہے اور ذہن میں جودت اور تیزی پیدا کرتا ہے۔

ابن وافد نے لکھا ہے کہ اگر اسے روغن زیتون میں ملا کر پیئیں یا لگائیں تو یہ سر کے زخم ٹھیک کرتا ہے۔اعصاب کو قوت دیتا ہے اور قے بند کرتا ہے۔
زفت کے ساتھ ملا کر لگانے سے بچوں کے سر کی پھنسیوں کو فائدہ دیتا ہے۔
مزاج: حار یابس دوسرے درجہ میں۔

سفرجل

میٹھی بہی مقوی حرارت غریزی ہے۔ سانس میں سہولت پیدا کرتی ہے، مدر بول ہے اعضاء اور احشاء کی طرف فضلات کے بہاؤ کو روکتی ہے۔ اس کا عصارہ انتصاب نفس اور ربو میں نافع ہے۔ نفث الدم روکتا ہے۔ قے اور خمار کو نفع دیتا ہے، معدہ کو قوی کرتا ہے۔ ذوسنطاریا میں مفید ہے۔ نزف الدم بند کرتا ہے۔ اگر اعلیل میں اس کے عصارہ کا قطور کریں تو حرقت بول زائل کرتا ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ اگر اسے شراب کے بعد چوسیں تو خمار روکتا ہے۔ شیخ نجیب الدین سمرقندی کا بیان ہے کہ یہ معدہ اور بطنی احشاء کی تقویت، قبض، تحریک شہوت اور ہضم غذا کی بہترین دواؤں میں ہے۔

بہی تندرست معدہ کے مقابلہ میں مریض معدہ میں فساد پیدا کرتی ہے۔ قے بند کرتی ہے یہاں تک کہ قے کی بو بھی دفع کرتی ہے۔ کھانے سے قبل اس کا استعمال باعث قبض اور کھانے کے بعد معدہ کو نچوڑنے کی وجہ سے باعث تلیین ہے۔ اس کا کم مقدار میں استعمال کھانے کو فم معدہ سے دفع کرتا ہے اور بخارات کو دماغ تک پہنچنے سے روکتا ہے۔ اس کے مربے کے بھی یہی فوائد ہیں۔

سفر

سفر چونکہ رنج وغم کا ازالہ کرتا ہے، اس لئے اس سے حرارت غریزی کو قوت ملتی ہے۔ حضرت علی نے فرمایا ہے اعلیٰ مراتب کے حصول کے لئے وطن سے دوری اور سفر اختیار کرو۔ سفر میں پانچ فائدے ہیں۔ تفریح قلب، اکتسابات معیشت، زیرکی ودانشمندی، مشاہیر کی صحبت اور صحت بدن۔ آنحضرت کا ارشاد ہے سفر اختیار کرو صحتمند رہو گے اور دولت حاصل کرو گے۔ اکثر انبیاء، اولیا اور حکما نے سفر اختیار کیا ہے خود رسول اکرم ﷺ اور صحابہ مہاجرین نے سفر فرمایا ہے۔ اسفار کی کثرت کی وجہ سے بعض لوگوں کو سیاح کہا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے آیت کریمہ ''التائبون العابدون الحامدون السایحون'' کے ذریعہ سیاحت کرنے والوں کا مرتبہ بڑھایا ہے۔

میں نے بہت سے ایسے مریضوں کو دیکھا ہے جنہیں کسی علاج سے فائدہ نہیں ہو رہا تھا، لیکن جب انہوں نے سفر اختیار کیا تو اچھے ہو گئے۔ رسول اکرم کا فرمانا کس قدر صحیح ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ بعض مریضوں کو آب و ہوا کی تبدیلی، شہر کی تبدیلی اور موسم کی تبدیلی سے فائدہ ہوتا ہے۔

سفر کے بیشمار فوائد ہیں۔ سفر ہی کے سبب حضرت خضر نے آبِ حیات پایا اور حضرت موسیٰ کو ان کی اور حضرت شعیب کی صحبت نصیب ہوئی۔

سکر

شکر مقوی حرارت غریزی ہے۔ آملی نے لکھا ہے کہ شکر سے بنے ہوئے حلوے حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتے ہیں۔ شکر ملنے سے پلکوں کی خارش رفع ہوتی ہے۔ روغن اخروٹ کے ہمراہ اصحابِ قولنج کے لئے مفید ہے۔

مزاج: حرارت و برودت میں معتدل ہے۔ اسے پہلے درجہ میں حار رطب بھی کہا گیا ہے۔ پرانی شکر مائل بہ یبوست ہوتی ہے۔

سکوت

خاموشی عمر میں اضافہ کا باعث ہے۔ اسی لئے اسے حکماء ہند نے اختیار کیا ہے۔ حضرت علی نے فرمایا ہے کہ زبور میں درج ہے ''جس نے خاموشی اختیار کی وہ سلامت رہا'' ان کا یہ بھی ارشاد ہے ''جب عقل تکمیل پا جاتی ہے تو گفتگو کم ہو جاتی ہے''۔

بعض حکما نے کہا ہے کہ لمبی زبان عمر کم کرتی ہے اور چھوٹی زبان عمر بڑھاتی ہے۔ بدن کی فلاح خاموشی میں ہے۔ انسان کی سلامتی زبان پر قابو پانے میں اور اس کی بربادی زبان کی درازی میں ہے۔ آفات زبان و کلام کے تابع ہیں۔

انسان کا مقتل اس کے دونوں جبڑوں کے مابین ہے۔ نطق دنیا کی آفتوں کو دراز کرتا اور رنج و ملال بڑھاتا ہے اور سکوت ان آفتوں کو روکتا ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ کسی عضو کو اس

طرح نہیں ڈھانکا گیا ہے جس طرح کہ زبان کو ڈھانکا گیا ہے، چنانچہ زبان پر دو طبقے اور دو پردے ہیں۔ کہا گیا ہے کہ اگر کلیم خاموش رہتے تو انہیں عجائبات کا ادراک ہوتا اور اگر یوسف چپ رہتے تو مصیبتوں سے بچے رہتے۔ کہا گیا ہے کہ اگر زبان رکی ہوئی ہو تو قلب محزوں نہیں ہوتا۔ اور کہا گیا ہے کہ بولنے اور چپ رہنے میں وہی فرق ہے جو مچھلی اور مینڈک میں ہے۔ کہا گیا ہے عافیت کے دس حصوں میں نو حصے خاموشی میں اور ایک حصہ بیوقوفوں کی صحبت ترک کرنے میں ہے۔

لقمان نے کہا ہے کہ خاموشی حکمت ہے اور اس پر عمل کرنے والے کم ہیں۔ غرض دین و دنیا کے لحاظ سے خاموشی کے بے شمار فائدے ہیں۔

میں کہتا ہوں کہ کلام کی چار قسمیں ہیں قسم ضرر محض، قسم نفع محض، قسم جس میں نفع و نقصان دونوں ہوں، قسم جس میں نہ نقصان ہو نہ فائدہ۔ چنانچہ جس قسم میں محض نقصان ہو اس میں سکوت ضروری ہے۔ اسی طرح جس میں نقصان اور فائدہ دونوں ہوں اس میں بھی ضرر سے بچنے کے لئے خاموشی لازم ہے۔ اور جس میں نہ نفع ہو نہ نقصان وہ فضول ہے، اس میں شغل کا مطلب وقت کا نقصان ہے اور وہ عین گھاٹے کا سودا ہے جیسے عوام کی گفتگو، اور ہمارے زمانہ کے اکثر خواص کی گفتگو بھی اس میں شامل ہے۔ چوتھی قسم بھی خطرہ سے خالی نہیں ہے کیونکہ اس میں ریا، تصنع، غیبت، تزکیہ نفس کے اظہار کے سبب معصیت کا پہلو شامل ہوتا ہے۔ فضول کلام کی شمولیت حواس پر پردہ ڈالتی ہے۔ چنانچہ اس چوتھی قسم میں بھی انسان خطرہ سے دوچار رہتا ہے۔ اس لئے ہر حالت میں خاموشی لازم ہے۔

سلیخہ

تج مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ ایک درخت کی چھال ہے، جو دارچینی کی طرح ہندوستان سے درآمد کی جاتی ہے۔ قوت میں بھی دارچینی کے مشابہ ہوتی ہے۔ چنانچہ اس کی عدم دستیابی کی صورت میں دارچینی کو اس کا بدل بتایا گیا ہے۔

تج ادرار طمث کرتی ہے، سانپ کی سمیت دفع کرتی ہے، جوف بطن میں عارض

اورام کو اچھا کرتی ہے، گردہ کا درد دور کرتی ہے۔ اگر عورت اس کے پانی میں بیٹھے تو اتساع رحم کو فائدہ ہوتا ہے۔ آنکھ کی روشنی بڑھانے والی دواؤں میں اسے شامل کرنے سے ان کا فعل بڑھ جاتا ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ میں حار یابس ہے۔ کہا جاتا ہے کہ اس کا یبس تیسرے درجہ میں ہے۔

سماع

مقوی حرارت غریزی و مفرح ہے۔ بعض حکما نے کہا ہے کہ دنیا کی سب سے عمدہ اور بنیادی لذتیں چار ہیں۔ لذت طعام، لذت شراب، لذت جماع، لذت سماع۔ پہلی تینوں لذتیں حرکت اور تکان کے بغیر حاصل نہیں ہوتیں۔ لیکن سماع خواہ کم ہو یا زیادہ اس کی لذت تکان سے خالی، تکلیف کے ماسوا اور نقصان سے مبرا ہوتی ہے۔

مصباح الہدایہ و مفتاح الکفایہ میں درج ہے کہ جن لوگوں کو سماع میں کیف و سرور حاصل نہیں ہوتا وہ ان کی مردہ دلی یا ان کی باطنی سماعت کے فساد کو ظاہر کرتا ہے۔ اور جیسا کہ قرآن میں ہے کہ مردے نہیں سنتے یا یہ کہ ان کی قوت سماعت زائل کر دی گئی ہے، تو ایسے لوگ اسی طبقہ سے تعلق رکھتے ہیں۔ کہا گیا ہے کہ اللہ تعالیٰ اس قول یزید فی الخلق ما یشاء سے مراد حسن صوت آواز کا حسن بھی ہے۔

سنبل الطیب

مقوی حرارت غریزی، محلل اورام، مقوی دماغ اور نافع سکتہ و وسواس سوداوی ہے۔ اگر اسے سرموں میں شامل کریں تو یہ پلکوں کے بال اگاتی ہے۔

خفقان کو فائدہ دیتی ہے، سینہ اور پھیپھڑوں کا تنقیہ کرتی ہے۔ معدہ و جگر کو قوی کرتی اور ان کے سدوں کو کھولتی ہے۔ خوشبو پیدا کرتی ہے۔ یرقان اور وجع طحال میں نفع مند ہے، ادرار بول کرتی ہے۔ قبض پیدا کرتی ہے۔ معدہ اور صدر کی طرف اترنے والے مواد کو خشک کرتی ہے۔ استسقاء لحمی میں اس کی منفعت بہت زیادہ ہے۔ بلغمی قے اور معدہ میں پیدا ہونے والے ریاح دور کرتی ہے۔

رازی: اس کا سرمہ آنکھ کی صحت کا محافظ اور مقوی بصر ہے۔

جالینوس: اگر اس کا روغن صاحب سبات کی ناک میں ٹپکائیں تو شفا دیتا ہے۔

بقراط: اس کے کھانے سے فالج کو فائدہ ہوتا ہے۔

ابن سینا: اس کا کھانا ذہن کو نکھارتا اور تیز خاطری بڑھاتا ہے۔ اگر اسے دماغ کے مقدم حصہ میں چھڑکیں تو یہ بار د نزلات کی پیدائش کو روکتا ہے اور انہیں فائدہ پہنچاتا ہے۔ سر کے زخموں پر اسے چھڑکنے سے زخم ٹھیک ہوتے ہیں۔ مقدار خوراک ۳ گرام

مزاج: پہلے درجہ میں حار اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ تیسرے درجہ میں یابس ہے۔

سورنجان

کہا جاتا ہے کہ مقوی حرارت غریزی ہے۔ سفید، سرخ اور سیاہ تین قسم کا ہوتا ہے۔ بطور دوا سفید اور سرخ مستعمل ہے۔ سیاہ قسم مہلک ہے۔ سورنجان دو جوہروں سے مرکب ہے اس میں سے ایک جوہر مسہل اور دوسرا قابض ہے۔ جب اس میں حرارت غریزی عمل کرتی ہے تو لطیف مسہل جز علحدہ ہو جاتا ہے اور مفاصل کے مادہ مرکبہ میں تحلیل و جذب کا عمل کرتا ہے، جس سے استفراغ کا فعل انجام پاتا ہے۔ اس کے بعد جوہر یابس و قابض کا عمل شروع ہوتا ہے اور وہ ان اعضا و منافذ پر اثر کر کے تبرید، قبض اور تقویت پہنچاتا ہے۔ اس سے دوسرے مقامات سے ان کی طرف بہنے والے مواد رک جاتے ہیں۔ اس لئے یہ امراض مفاصل کی سب سے نفع مند دواؤں میں ہے۔ بذریعہ اسہال بلغم خام کا تنقیہ کرتا ہے۔ عرق گلاب کے ساتھ اس کا ضماد مفاصل کے درد کو تسکین دیتا اور دردناک زخموں کو خشک کرتا ہے۔

تمیمی کا بیان ہے کہ اگر اسے پیس کر عمر رسیدہ بھیڑ کی چربی میں ملا کر لگائیں تو اندرونی بواسیر کو دفع کرنے کی اس میں عجیب خاصیت ہے۔

مقدار خوراک ۷ گرام ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ ساڑھے تین گرام مع شکر و قدرے زعفران استعمال کیا جائے۔

سوسن

مقوی حرارت غریزی ہے۔اس کی تین قسمیں ہیں سفید،آسمانی، زرد۔محمود بن الیاس نے لکھا ہے کہ تفریح وتقویت قلب میں اس کی طبعیت زعفران کے قریب ہے۔

دیسقوریدوس کا بیان ہے کہ اس کی جڑ کا جوشاندہ سعال مزمن میں مفید ہے۔ پھیپھڑے میں پہنچنے والے مواد کی تلطیف کرتا ہے۔ اور ضیق النفس کو فائدہ دیتا ہے۔یہ زعفران سے زیادہ قلب کے لئے اچھا ہے۔سوسن روح کی تقویت میں زعفران کی طرح ہے لیکن اس میں روح کو باہر خارج کرنے کے لئے انبساط اور زیادہ تحریک نہیں پائی جاتی ہے۔اسی لئے زعفران غشی میں کوئی فائدہ ظاہر نہیں کرتا ہے۔سوسن زیادہ امساک اور کم تحریک کے ساتھ روح کو قوی کرتا ہے جبکہ زعفران زیادہ تحریک اور کم امساک کے ساتھ یہ عمل کرتا ہے۔

مزاج: حار یابس درجہ اول

شونیز

کلونجی مقوی حرارت غریزی ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ تحلیل نفخ میں اس کا فعل بے عدیل ہے۔کھانے اور لگانے کی صورت میں دیدان امعاء کو مارتی ہے۔مسوں اور تلوں کا خاتمہ کرتی ہے۔انتصاب النفس میں مفید ہے۔ادرار طمث کرتی ہے۔

دیسقوریدوس کا بیان ہے کہ اگر اسے سرکہ کے ساتھ لگائیں تو بثور لبنیہ اور جرب متقرح کو ختم کرنے میں مجرب ہے۔یہ مزمن بلغمی اورام اور اورام صلبہ کو تحلیل کرتی ہے۔اگر اسے نطرون کے ہمراہ استعمال کریں تو تنگی تنفس کو فائدہ دیتی ہے۔٦ گرام پانی کے ساتھ کھائیں تو رتیلا کے کاٹے میں نافع ہے۔اس کی دھونی سے حشرات بھاگتے ہیں۔

ابن سینا کا کہنا ہے کہ سرکہ کے ساتھ اس کا طلا نافع لقوہ و بہق و برص ہے۔شہد اور گرم پانی کے ساتھ اس کا استعمال گردہ ومثانہ کی پتھری کو فائدہ دیتا ہے۔اگر اسے پیس کر کپڑے میں باندھ کر سونگھیں تو یہ چھینک لاتا ہے۔ان کے علاوہ بھی اس میں اور بہت سی

منفعتیں ہیں۔

رسول اکرم نے فرمایا ہے کہ حبۃ السودا یعنی شونیز موت کے علاوہ ہر مرض کی دوا ہے۔

حرف الصاد

صندل

مقوی حرارت غریزی ہے۔ یہ ایک معروف لکڑی ہے جو چین سے حاصل کی جاتی ہے۔ دو قسم کی ہوتی ہے، سفید اور سرخ، اس کی ایک قسم زرد بھی ہوتی ہے۔ صندل دوسرے درجہ میں بارد یابس ہے۔ کہا جاتا ہے کہ سرخ قسم سفید قسم سے زیادہ بارد ہے۔ یہ حکم قیاس پر نہیں بلکہ تجربہ پر مبنی ہے۔ اس لئے کہ قیاس کا تقاضہ ہے کہ سفید اور سرخ چیزوں میں سفید میں برودت زیادہ ہونی چاہئے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ صندل سفید زیادہ بارد اور کم یابس ہے۔ اور یہ دونوں مزاج دوسرے درجہ میں ہوتے ہیں۔

اگر یہ کہا جائے کہ جب صندل متفقہ طور پر بارد ہے تو یہ مقوی حرارت کیسے ہوسکتا ہے۔ میں کہتا ہوں کہ ہمارے اس قول سے کہ "وہ مقوی حرارت غریزی ہے" مراد یہ ہے کہ وہ حرارت غریزی کی کیفیت وحالت کی حسب امکان حفاظت کرتا ہے۔ جیسے غذاء محض یا دواء بارد حرارت کی کیفیت میں اضافہ کرتی ہیں۔ جہاں تک مقدار کی زیادتی کا تعلق ہے تو یہ محال ہے۔ اس لئے کہ مقدار کی زیادتی وجود کے بعد بدن پر نفس اُخری کے فیضان سے تعلق رکھتی ہے، اور وہ محال ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ اس قول کے ایک یہ معنی بھی مراد لئے جاسکتے ہیں کہ مقویِ حرارت کا مطلب یہ ہے کہ وہ حرارت غریزی کے مزاج کی تعدیل کرتا ہے، یہاں تک کہ وہ قبول آفات سے روکتا ہے تو اس سے یہ بھی ممکن ہے کہ بارد اشیاء سے بھی تقویت کا عمل انجام پائے۔

معلوم ہونا چاہئے کہ صحت کے لئے اعتدال مزاج ضروری ہے۔ اعتدال کی صورت میں حسب ضرورت افعال صادر ہوتے ہیں اور اختلال کے وقت افعال میں بگاڑ واقع ہوتا ہے۔

صاحب منہاج کا کہنا ہے کہ اس کا برادہ نفع مند ہے، حرارت کو کم کرتا ہے، وہ اسی طرح مفید ہوتا ہے جیسے باریک پسا ہوا آٹا مفید ہوتا ہے۔ قرشی کے مطابق یہ مواد کو روکتا ہے کھانے اور لگانے دونوں طور پر اورام حارہ، صداع اور خفقان حار کو فائدہ دیتا ہے۔ ضعف معدہ کے لئے نافع ہے۔ مقدار خوراک ۵ گرام۔

صاحب الجامع نے لکھا ہے کہ اگر اسے عرق گلاب اور قدرے کافور ملا کر لگائیں تو گرمی سے پیدا ہونے والے دردسر میں نفع مند ہے۔ اگر ایک حصہ برادہ صندل سفید نصف حصہ انزروت، سفیدی بیضہ میں ملا کر دونوں کنپٹیوں پر ضماد کریں تو صداع حار کو نفع دیتا اور آنکھ کی طرف اترنے والی رطوبت کو روکتا ہے۔

برادہ صندل سفید کی چونے کے ساتھ حمام میں مالش بدن کی بو رفع کرتی ہے۔ اس کی دھونی اور اس کی بو سونگھنے سے وباء میں فائدہ ہوتا ہے۔

صید

شکار منعش حرارت غریزی ہے۔ تفریح قلب کے لئے وصال محبوب کے سوا کوئی شی اس سے زیادہ مفرح نہیں ہے۔ اس میں تفریح بہت پائی جاتی ہے۔

حرف الطاء

طین مختوم

مقوی حرارت غریزی ہے۔ تفریح و تقویت قلب کے لئے بہت زیادہ تریاقیت کے سبب عجیب خاصیت رکھتی ہے۔ یہ ہر قسم کے زہروں کی تریاق ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ اس میں روح کی تنویر و تعدیل کی خصوصیت بھی پائی جاتی ہے۔ جس میں اس کی لزوجت اور قوتِ قبض معاون ہوتی ہے۔

مزاج: حرارت و برودت میں معتدل اور مزاج انسان سے مشابہت رکھتی ہے۔ اس میں یبس رطوبت سے زیادہ ہوتا ہے۔ اس کی رطوبت میں چونکہ یبوست بہت ملی ہوئی

ہوتی ہے، اس لئے اس میں لیس اور تغریہ آ جاتا ہے۔ اس میں قلب کی قوت اور اس کی تفریح کی اس قدر زیادہ خاصیت ہے کہ وہ تریاقیت کے درجہ تک پہنچی ہوئی ہے۔ اسی لئے وہ ہر قسم کے زہروں کا مقابلہ کرتی ہے۔ اگر اسے زہر پینے سے پہلے یا بعد میں کھائیں تو یہ طبعیت کو توانا بناتی اور زہر سے مقابلہ کے لئے آمادہ کرتی ہے۔

ماسرجویہ نے کہا ہے کہ اگر اسے سرکہ، روغن گل اور آب سرد میں ملا کر ورم حار پر طلا کریں تو بہت نفع دیتی ہے۔ اور کسی بھی جگہ سے خون آنے کو روکتی ہے۔

مسیح دمشقی کا کہنا ہے کہ وبا کے زمانہ میں اس کے باریک سفوف یا نقوع کا استعمال وبا سے محفوظ رکھتا ہے۔

عسل

شہد حرارت غریزی کو قوت دیتا اور عمر بڑھاتا ہے، بشرطیکہ اسے آگ پر نہ پکایا جائے۔ یہ کھانے اور لگانے دونوں طور پر مفتح، جاذب، مانع عفونت اور جالی ظلمت بصر ہے۔ سماعت اور معدہ کو قوت دیتا ہے۔ مشہی طعام اور ملین ہے۔

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ یہ آنکھ میں پانی آنے کو روکتا ہے۔ اس کا چاٹنا کتے کے کاٹے میں نفع مند ہے۔ بارد مزاج افراد اور بوڑھوں کو حرارت غریزی کے جوہر کو قوی کرنے اور ان میں عمدہ خون پیدا کرنے کے سبب خاص طور پر موسم سرما میں فائدہ دیتا ہے۔

اقسرائی کے مطابق اس کا ایک عجیب فعل یہ ہے کہ یہ پانی کے ساتھ بدن میں نفوذ کرنے سے ترطیب اور پانی کے بغیر بدن میں تجفیف پیدا کرتا ہے۔

اس کی ایک اور خصوصیت یہ ہے کہ یہ بارد مزاج اشخاص میں اپنی تیز قوت جلا کی بناء پر تسہیل بطن کا اور حار لوگوں میں رطوبت بلغمیہ کے نفوذ اور اس کے ہضم کی وجہ سے قبض کا عمل کرتا ہے۔ قبض کا یہ عمل اس لئے بھی ہوتا ہے کہ معدہ کی رطوبت بلغمیہ حلاوت جذب کرتی ہے، پھر وہ جب تحلیل ہوتی ہے تو جگر اسے جذب کرنے کی ضرورت محسوس کرتا ہے اور حاجت مند ہوتا ہے۔ چنانچہ وہ اس کی طرف اور سارے بدن کی طرف نفوذ کرتی ہے۔

شہد کے بہت فوائد ہیں۔قرآن مجید میں اس کے لئے ''فیه شفاء للناس '' آیا ہے۔ابوسعید خدری سے روایت ہے کہ ایک شخص آنحضرت کی خدمت میں حاضر ہوااور کہا کہ میرے بھائی کو اسہال کی شکایت ہورہی ہے۔آپ نے شہد پلانے کا حکم دیا۔وہ پھر آیا اور کہا کہ میں نے شہد پلایا مگر اس کے اسہال اور بڑھ گئے۔آپ نے تین مرتبہ یہی فرمایا۔چوتھی مرتبہ بھی اس کے آنے پر آپ نے شہد پلانے کا حکم دیا۔اس نے کہا کہ شہد پلانے سے اس کے اسہال میں اضافہ ہورہا ہے۔آپ نے فرمایا اللہ کا فرمانا سچ ہے اور تیرے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہے۔اس نے پھر شہد پلایا اور اس کے بھائی کو شفا ہوئی۔

معلوم ہونا چاہئے کہ یہ آیت ہر مرض اور ہر انسان کے لئے عمومی حیثیت سے حکم کا درجہ نہیں رکھتی ہے اس لئے کہ وہ اثبات کے سیاق میں نہ صرف نکرہ ہے بلکہ خبر بھی ہے کہ وہ اسی طرح شفاء دیتا ہے جس طرح کم یا زیادہ دوسری دوائیں شفا دیتی ہیں۔

صاحب کشاف نے اپنی تفسیر میں لکھا ہے کہ وہ جملہ شفا بخش اور مشہور نافع دواؤں میں ہے۔بہت کم معاجین ایسی ہیں جن میں اطباء نے شہد کے استعمال کی ہدایت نہ کی ہو۔اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ وہ ہر مریض کے لئے شفا ہے۔یہی معاملہ ہر دوا کا ہے۔اور اس کی تنکیر اس میں موجود بہت شفا کی وجہ سے یا جزوی شفا کی وجہ سے یا دونوں صورتوں کی وجہ سے ہے۔

اگر درخت صنوبر کی چھال غبار کی طرح باریک کر کے شہد ملا کر ۴۰ دن عرق النساء پر ضماد کریں تو بہت فائدہ ہوتا ہے۔اگر چونے کو پیس کر شہد یا انگور کے گاڑھے پانی میں ملا کر ضماد کریں تو بچھو کے کاٹے کے درد میں سکون کے لئے مجرب ہے۔

شہد کی مکھی میں سمیت اور شفا دونوں کا اجتماع کمال قدرت الٰہی کی دلیل ہے۔

مزاج: ابن سینا کے مطابق دوسرے درجہ میں حار یابس ہے۔

عنبر

مقوی حرارت غریزی ومقوی دماغ وحواس ہے۔قلب کو قوت دینے میں عجیب تاثیر رکھتا ہے۔روح کے اضافہ کا باعث ہے۔اس کی ماہیت کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ یہ ایک

بحری جانور کا فضلہ ہے۔ یہ بھی کہا جاتا کہ سمندر کی گہرائی میں ایک نبات ہوتی ہے بعض بحری جانور جب اسے کھاتے ہیں تو اس سے بہت امتلا پیدا ہوتا ہے اور وہ قے کر دیتے ہیں۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ میرے خیال میں یہ سمندر کے چشمہ سے نکلتا ہے۔ اور یہ جو کہا جاتا ہے کہ وہ سمندر کا پھین یا جانور کا فضلہ ہے تو یہ بعید بات ہے۔ اس نے ایک مسافر کا جو دس برس ہندوستان میں رہا یہ قول نقل کیا ہے کہ ہندوستان میں یہ شہد کی مکھی سے حاصل ہوتا ہے۔ شہد کی مکھی بلندیوں اور پہاڑوں میں خوشبودار پھولوں اور پتوں سے شہد بناتی ہے۔ یہ شہد بہت ہی خوشبودار ہوتا ہے۔ بارش کی کثرت سے پانی کے بہاؤ کے ساتھ یہ شہد سمندر میں پہنچ جاتا ہے۔ شہد کے اجزاء عسلیہ پانی میں پراگندہ ہو جاتے ہیں لیکن مومی اجزاء باقی رہتے ہیں۔ یہ بہت خوشبودار ہوتے ہیں۔ یہ پانی میں سورج کی گرمی سے پگھلتے ہیں اور آمیزش اور ملاوٹ سے صاف ہو جاتے ہیں۔ سمندر کی موج انہیں ساحل پر لے آتی ہے یہی عنبر ہوتا ہے۔ اس میں جس قدر زیادہ پگھلنے اور تصفیہ کا عمل ہوگا، اسی قدر اس میں سفیدی زیادہ ہوگی۔ اکثر بحری جانور جو گائے کے مشابہ ہوتے ہیں اس میں موجود حلاوت کی وجہ سے اسے نگل لیتے ہیں۔ لیکن یہ ان کے بطن سے نیچے نہیں اترتا چنانچہ وہ مر جاتے ہیں۔ ان کے بطن سے جو عنبر برآمد ہوتا ہے، اس کا رنگ تغیر پا کر سیاہی مائل ہو جاتا ہے اور اس کی مہک میں بدبو ہوتی ہے، یہی عنبر اسود ہے جو زنجی کے نام سے مشہور ہے۔ اسی سبب سے بعض لوگوں نے اسے بحری گائے کا فضلہ کہا ہے۔

ہمارے استاد کے مطابق یہ اللہ کی نعمت ہے۔ ان کا ہندوستان میں سات برس قیام رہا۔ ان کا کہنا ہے کہ عنبر کی سب سے اعلیٰ قسم اشہب، خفیف الوزن اور کم چکنی ہوتی ہے۔ اس کے بعد ازرق کا درجہ ہے جسے فستقی کہتے ہیں۔ اس کے بعد عنبر اسود ہے۔ اصلی عنبر کی پہچان یہ ہے کہ اسے شیشہ کے برتن میں انگارہ پر رکھیں اگر وہ پورا پگھل جائے اور شیشہ میں روغن کی طرح بہنے لگے تو وہ خالص ہے ورنہ نہیں۔ اس کا کھانا شرعی طور پر جائز ہے۔

مزاج: ابن سینا نے حار یابس لکھا ہے۔ خیال ہوتا ہے کہ اس کی حرارت دوسرے درجہ میں اور یبوست پہلے درجہ میں ہے۔

عود

مقوی حرارت غریزی، مقوی معدہ، ملطف، مفتح سدد، کاسر ریاح، دافع رطوبات فاضلہ، مقوی احشاء واعصاب ہے۔ دماغ اور حواس کو بہت نفع دیتا ہے۔ مقوی ومفرح قلب ہے۔ اس کی دھونی سے دماغ سے بلغم نیچے اترتا ہے۔ یہ قبض پیدا کرتا، ٹھنڈ سے لاحق ہونے والی پیشاب کی زیادتی اور مثانہ کی کمزوری کو رفع کرتا ہے۔ اس کے چبانے سے دماغ کو قوت ملتی ہے اور منہ میں خوشبو پیدا ہوتی ہے۔ چونکہ یہ مقوی حرارت غریزی ہے اس لئے یہ معفن حرارت غریبہ کو کمزور کرتا ہے اور مادۂ عفونت یعنی رطوبت کو جذب کرتا ہے۔

سدیدی نے لکھا ہے کہ عود ہندی اپنی تقویت کی بناء پر معدہ کے لئے نفع مند ہے۔

شفتالو کے مزاج سے اس کے مزاج کی دوری کے باجود دونوں منہ کی بدبو کا یقینی ازالہ کرتے ہیں۔

شریف کا بیان ہے کہ عود کو اگر بچوں کے گلے میں لٹکائیں تو بچے صرع سے محفوظ رہتے ہیں۔ اس کا پینا فالج کو نفع دیتا ہے۔ اس کی بہترین قسم وہ ہے جو سخت سیاہ اور پانی میں تہ نشین ہو، پانی پر تیرنے والی قسم ردی ہے۔

سنگین وسیاہ وسخت می باید عود ۔۔۔ سست وسبک وسفید می باید عنبر

مزاج: ابن سینا نے حار یابس درجہ دوم اور جالینوس نے حرارت و برودت میں معتدل لکھا ہے۔

حرف الغین المعجمہ

غالیہ

مقوی حرارت غریزی ہے۔ صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ یہ سخت اورام میں نرمی پیدا کرتا ہے۔ روغن بان کے ساتھ کان میں ٹپکانے سے درد کو سکون دیتا ہے۔ اس کا سونگھنا صاحب سکتہ وصرع کو نفع دیتا ہے اور ان میں انعاش پیدا کرتا ہے۔ مفرح قلب اور مسکن صداع بارد ہے۔ اس کا حمول رحم کے بارد دردوں اور اس کے بلغمی وسخت اورام کو فائدہ دیتا ہے۔ مدر حیض ہے۔ اختناق

الرحم اور سیلان الرحم میں مفید ہے۔ رحم کا تنقیہ کرتا ہے۔ اور اسے حمل کے لئے تیار کرتا ہے۔

اگر اسے شراب میں شامل کر کے استعمال کریں تو اس سے بہت نشہ بڑھتا ہے۔

غالیہ بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ مشک، سک، عنبر محلول اور کافور سائیدہ سب کو روغن بان یا روغن نیلوفر میں مخلوط کر کے محفوظ کر لیں۔ یہ پینے اور سونگھنے دونوں طرح سے لقوہ کو فائدہ دیتا ہے۔

دواء مسہل سے تنقیہ کے بعد مرضی جانب اس کی تدہین بھی لقوہ کے لئے مفید ہے۔

ابن سینا کے مطابق یہ سونگھنے اور لگانے دونوں طور پر دماغ کو قوت دیتا ہے۔

غذاء معتدل

مقوی حرارت غریزی اور محافظ صحت بدن ہے۔

آملی نے لکھا ہے کہ حفظ صحت کا تعلق اہم امور سے ہے۔ خاص طور پر اس زمانہ میں جب کہ صحیح تشخیص اور کامیاب علاج کرنے والے حاذق طبیب کا ملنا دشوار ہی نہیں بلکہ فقدان ہے۔ عین الحیوۃ کا مصنف کہتا ہے کہ آملی کے زمانہ میں تو اس کا فقدان ہی تھا، ہمارے زمانہ میں تو اچھے طبیب کا وجود قطعاً معدوم ہے اور وہ عنقا اور کیمیا کی طرح ہے۔

آملی کا بیان ہے کہ غذا بدن کے لئے بدل ما یتحلل کی غرض سے یا نشو ونما کی غرض سے لابدی ہے۔ غذا غیر عادی صورت میں ایسی ہونی چاہئے جس میں حرارت و رطوبت کا غلبہ ہو تا کہ وہ طبعیت و مزاج کے مشابہ بن سکے۔ نامناسب چیزوں کے استعمال سے بچنا بھی ضروری ہے، سوائے اس کے کہ جب بد پرہیزی مقصود ہو، کبھی کبھی بد پرہیزی سے بھی فائدہ پہنچتا ہے۔

رسول اکرم نے فرمایا ہے کہ دو قسم کے لوگ کبھی ٹھیک نہیں ہو سکتے۔ ایک پرہیز کرنے والا تندرست، دوسرے بد پرہیزی کرنے والا مریض۔

بقراط نے کہا ہے کہ زمانہ صحت میں تخلیط یعنی بد پرہیزی اور مضر چیزوں کا استعمال زمانہ مرض میں علاج کے مانند ہے۔ علامہ نے لکھا ہے کہ تخلیط سے مراد ایسی دو متضاد غذاؤں کو ملانا نہیں ہے جن کی ایک مرتبہ کے کھانے میں جمع کرنے کی اجازت نہیں دی گئی ہے، کیونکہ یہ ممکن نہیں ہے کہ وہ دونوں ایک ساتھ موافق ثابت ہوں۔ بلکہ اس کا مطلب بد پرہیزی اور

مضر چیزوں کا استعمال ہے۔

جو شخص صحت کی حفاظت کرنا چاہتا ہے اس کے لئے ضروری ہے کہ وہ غذا میں کسی خراب آمیزش سے مبرّیٰ روٹی پر اور ایسے گوشت پر اکتفا کرے جو بھیڑ، دنبہ، یک سالہ بچھڑے و بکری اور مرغ، چکور، تیتر اور لذیذ حلووں پر مشتمل ہو۔ لذیذ حلوے امرا کے لئے شکر سفید سے اور غرباء کے لئے مویز منقی سے بنائے جاتے ہیں۔ صاحب اختیارات کا کہنا ہے کہ مویز شکر کا بدل ہے۔

صاحب مغنی کا بیان ہے کہ مویز اگر بیجوں سمیت خوب چبا کر کھائی جائے تو یہ معدہ جگر اور امعاء کو قوی کرتی ہے۔ جالینوس کے مطابق یہ تقویت جگر کے علاوہ اخلاط میں نضج پیدا کرتی ہے۔

پھلوں میں انگور شیریں، تربوز، انجیر اور رُطب یہ سب مقوی حرارت غریزی و مسمن بدن ہیں۔ خاص طور پر انگور جلدی تسمین کرتا ہے۔ رازی نے لکھا ہے کہ اس کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ دوسرے پھلوں کی طرح معدہ میں فساد نہیں پیدا کرتا۔ دوسرے پھل قبل طعام یا بین الطعام کھائے جاتے ہیں، لیکن انگور، رُطب، سیب اور بھی ایسے پھل ہیں جنہیں کھانے سے قبل اور کھانے کے بعد بھی کھایا جا سکتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ انار اگرچہ بعد طعام استعمال کیا جا سکتا ہے لیکن قبل طعام زیادہ بہتر ہے۔ قلیل مقدار میں قبض کے سبب بعد طعام کھانے کی اجازت دی گئی ہے۔

موسم سرما میں بالفعل گرم غذا کھانی چاہئے۔ اس لئے کہ اعضا اور ظاہری سطوح پر برودت کا غلبہ ہوتا ہے۔ لہٰذا اگر غذا بارد کھائی جائے گی تو برودت اور بڑھ جائے گی اور یہ حرارت غریزی کے ضعف اور اس کے بجھنے کا سبب بنے گا، اس کی وجہ سے سوء ہضم واقع ہوگا اور خام و غیر منہضم غذا منجمد رہوگی۔

موسم گرما میں اس کے برعکس غذا لینی چاہئے۔ اس لئے کہ اس موسم میں ظاہری اعضا میں حرارت کا غلبہ ہوتا ہے۔ لہٰذا اگر بالفصل گرم غذا کھائی جائے گی تو حرارت میں اور اضافہ ہوگا اور حرارت غریزی کے کثرت تحلل، شدت التہاب و احراق کے سبب فساد ہضم وغیرہ کی وجہ سے تکلیف پیدا ہوگی۔

موسم ربیع میں اور اسی طرح موسم خریف میں معتدل غذا کا استعمال مناسب ہے۔

یہ بھی معلوم ہونا چاہئے کہ موسموں کے مطابق مذکورہ بالفعل حار یا بالفعل بارد غذاؤں کی طرح بالقوہ حار یا بارد غذاؤں کا لحاظ بھی ضروری ہے۔

جہاں تک اغذیہ دوائیہ کے استعمال کا تعلق ہے تو انہیں تعدیل مزاج یا تعدیل طعام کے علاوہ نہیں کھانا چاہئے۔ غذا کے سلسلہ میں یہ بھی ضروری ہے کہ خواہش کے بغیر کھانا مناسب نہیں ہے۔ اسی طرح بڑھی ہوئی بھوک اور خواہش طعام کو دفع کرنا بھی نامناسب ہے۔ غذاء لذیذ بہتر ہے لیکن اس کی زیادتی بہتر نہیں ہے۔ بقراط نے کہا ہے کہ قلیل نقصان رساں چیز کثیر نافع کثیر چیز سے اچھی ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ طبی علوم میں علم الاغذیہ سب سے مفید علم ہے۔ اس لئے کہ غذا کی احتیاج حالت صحت اور حالت مرض دونوں میں ہمیشہ پیش آتی ہے۔ اور بعض اوقات اطعمہ واشربہ اسی طرح فساد اور خرابی پیدا کرتے ہیں جیسے مہلک زہر۔ زیادہ غذا خواہ کتنی ہی اچھی کیوں نہ ہو اس کے ہضم پر ضعیف قوت قادر نہیں ہوتی ہے۔ اس لئے بدن کی قوت اور ضعف کے لحاظ سے غذا کی مقدار رکھنی چاہئے۔ اسی طرح غذا کی کیفیت بھی بدن کے مزاج کے مطابق ہونی چاہیے۔

میں کہتا ہوں کہ لطیف تدابیر اور عمدہ ملطف غذاؤں سے اگر ان کے ساتھ معتدل اور قابل برداشت ریاضت کا بھی التزام کیا جائے تو مزمن امراض کا مداویٰ کیا جا سکتا ہے اور اس تدبیر سے بہت سی دواؤں کے استعمال سے انسان مستغنی ہو سکتا ہے۔ خاص طور پر اوجاع مفاصل، ربو، وجع الکلیہ اور صلابت طحال کے مریضوں کے لئے یہ بہت مفید ہے۔

بھوک کی خواہش باقی رہنے پر کھانا موقوف کرنا بھی ضروری ہے۔

پرہیز کا التزام بدن کو لاغر اور کمزور کرتا ہے۔ بلکہ وہ صحت کے زمانہ میں تو ایسا ہی ہے جیسے مرض کے زمانہ میں بد پرہیزی۔ کھانے کے مراتب میں عادت کی رعایت ضروری ہے چنانچہ کہا گیا ہے کہ عادت طبعیت ثانیہ ہے۔

بقراط کا قول ہے کہ انسان کو ایک لمبے عرصہ سے جس چیز کی عادت ہوتی ہے وہ

ایک غیر عادی شخص کے لئے جس قدر زیادہ نقصان دہ ہوتی ہے عادی شخص کے لئے اس سے کم نقصان رساں ہوتی ہے۔ انسان کو جس چیز کی عادت نہ ہوا سے بتدریج اختیار کرنا چاہیے۔

حرف الفا

فاغیہ

صاحب تلخیص نے لکھا ہے کہ گل حنا اور ہر خوشبو دار پھول کو فاغیہ کہتے ہیں۔ یہ مقوی حرارتِ غریزی اور حرارت و برودت میں معتدل ہے۔ غشی کو فائدہ دیتا ہے۔

فالوذج

مقوی حرارت غریزی وقلب ہے۔ کہا جاتا ہے کہ یہ قلب کی خاص غذا ہے۔ صدر اور پھیپھڑے کے لئے موافق ہے لیکن معدہ کے لئے موافق نہیں ہے۔

اس کو تیار کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ شہد یا شکر یا دونوں ایک حصہ نشاستہ چوتھائی یا چھٹا یا آٹھواں حصہ پانی میں حل کریں اور چھلنی سے چھان کر برتن میں اس قدر ہلائیں کہ گاڑھا ہو جائے۔ فالوذج عسلی بوڑھوں اور بارد مزاج لوگوں کے لئے اور فالوذج سکری جوانوں اور گرم مزاجوں کے لئے مناسب ہے۔

فراخ الحمام

ابن زہر اور موسیٰ ابن میمون نے لکھا ہے کہ فراخ الحمام یعنی کبوتر کے بچے حرارت غریزی کو بڑھاتے اور تقویت دیتے ہیں۔ صاحب تذکرہ کا بیان ہے کہ چالیس برس سے اوپر کے لوگوں کے لئے اس سے اچھی کوئی غذا نہیں ہے۔ اس کا کھانا غلیظ مزمن درد کو فائدہ دیتا ہے گردہ کو موٹا کرتا اور اس کے صغر کو دور کرتا ہے۔ باہ بڑھاتا ہے اور فالج کے لئے نفع مند ہے۔

صاحب حیوٰۃ الحیوان نے تحریر کیا ہے کہ چیچک کا مریض اگر کبوتروں کے قریب یا جس گھر میں کبوتر بکثرت ہوں قیام کرے تو ان کی قربت سے وہ شفایاب ہوتا ہے۔ اسی طرح

ان کا قرب چیچک، فالج اور سکتہ سے محفوظ رکھتا ہے۔ یہ ان کی ایک انوکھی خاصیت ہے۔
مالقی اور ابن زہر کے مطابق کبوتروں کے قریب رہنے اور ان کی سانس اور بو سونگھنے سے خدر کو فائدہ ہوتا ہے۔ اگر کبوتر کو ۲۰ دن مٹر کھلا کر اس کا گوشت نوش کریں تو ازالہ خدر کے لئے مجرب ہے۔

فرنجمشک

مقوی حرارت غریزی وقلب ہے۔ اپنی خاصیت کی وجہ سے قلب میں تفریح پیدا کرتا ہے۔ تفریح وتقویت قلب میں اس کی عطریت معین ہوتی ہے۔
مزاج: دوسرے درجہ کے پہلے حصہ میں حار یابس ہے۔ پہلے درجہ میں بھی حار یابس کہا گیا ہے۔

فستق

پستہ اور خاص طور پر بھنے ہوئے پستہ کو اس کے قلب کے اوپری چھلکے سمیت کھائیں تو مقوی حرارت غریزی ومقوی معدہ ہے۔
جالینوس نے لکھا ہے کہ پستہ عروق کو لزج اخلاط سے پاک کرتا ہے۔ اس کے روغن کو تقویت معدہ میں دوسرے روغنوں کے مقابلہ میں خصوصیت حاصل ہے۔
داد اور چیچک کے نشانات مٹاتا ہے۔ صدر اور پھیپھڑے سے اخلاط نکالتا ہے۔
اطباء متقدمین میں اس امر میں اختلاف ہے کہ یہ معدہ کے لئے مفید ہے یا نہیں۔ بظاہر یہ اپنی قوتِ قابضہ اور عطریت کی وجہ سے معدہ کو فائدہ پہنچاتا ہے۔ بھنا ہوا پستہ خاص طور پر مفید ہے۔ پستہ کو اس کے فعل قبض کی وجہ سے بعدِ طعام کھانا چاہئے۔ اسے کثرت سے کھانے سے صاحبِ کابوس کو فائدہ ہوتا ہے۔
سمرقندی کا کہنا ہے کہ اس میں معمولی تلخی اور عطریت کے ساتھ قوت قابضہ پائی جاتی ہے۔ اسی وجہ سے یہ جگر کی تقویت کا باعث ہوتا ہے۔ اور سینہ اور پھیپھڑے سے اُن

اخلاط کو باہر نکالتا ہے جوان کے مجاری میں پیوست ہوتے ہیں۔

صاحب حاوی نے بھی لکھا ہے کہ اس میں قبض ولزوجت کے ساتھ عطریت موجود ہوتی ہے، جس سے ظاہر ہوتا ہے کہ یہ مفرح ومقوی قلب ہے۔ اور اسی لئے اسے تریاق کے نسخوں میں شامل کرتے ہیں۔

عبداللہ بن جبرئیل نے کہا ہے کہ اگر اس کے بیرونی چھلکے انگور کے سالن (حصرمیہ) یا سرکہ میں ڈالیں تو یہ انہیں خوش ذائقہ بناتا ہے۔ سعال بلغمی، باہ اور حشرات خصوصا بچھو کے کاٹے میں مفید ہے۔

مزاج: تیسرے درجہ میں حار اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ یہ دوسرے درجہ میں حار ہے۔ اس کی حرارت اخروٹ سے زیادہ ہوتی ہے۔ اس کا بیرونی چھلکا بارد یابس اور مقوی حرارت غریزی ومعدہ ہے۔ پستہ کی مقدار خوراک ۳۵ گرام ہے۔

فضہ

چاندی کھانے اور پہننے دونوں صورتوں میں منعش حرارت غریزی ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ خفقان کو فائدہ دیتی ہے اور قلب واحشاء کو قوی کرتی ہے۔ نیز قلب کے تنقیہ وتزکیہ کا باعث ہوتی ہے۔ نافع بخر ہے۔ ابن سینا کا کہنا ہے کہ چاندی کے برتن میں پینے سے سکر زیادہ ہوتا ہے۔ اور جرب اور عسر بول کو اس سے بہت نفع پہنچتا ہے۔

ابن الاشعث کے مطابق یہ کھانے اور لٹکانے دونوں صورتوں میں معدہ کو تقویت دیتی ہے۔ اسی طرح اس کے برتن میں کھانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

مزاج: حرارت وبرودت میں معتدل ہے۔ بارد یابس بھی کہا گیا ہے۔

حرف القاف

قاقلہ

مقوی حرارت غریزی ہے۔ اس کا ذکر آگے آئے گا۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ قاقلہ، قرفتہ الطیب اور دارچینی قریب قریب یکساں مزاج کی حامل ہیں۔ان کی حرارت و یبوست دوسرے درجہ کے آخر میں ہے۔ یہ تینوں اور خاص کر قاقلہ قلب کی تقویت وتفریح کا باعث ہے۔اس میں موجود عطریت، قبض اور تلطیف سے اس فعل کی ادائیگی میں مدد ملتی ہے۔

واضح ہو کہ قرفتہ الطیب سے مراد قرفتہ القرنفل ہے۔اور قرفہ ہر لکڑی اور درخت کی چھال کو کہتے ہیں۔

قرنفل

مقوی حرارت غریزی وقلب ہے۔ یہ قلب کو تفریح دیتی، خوشبو پیدا کرتی، بصارت کو تیز کرتی اور عشاوہ وسبل کو فائدہ دیتی ہے۔جگر اور سارے اندورنی اعضا کی تقویت کرتی اوران میں عارض خرابی کو رفع کرتی ہے اور ہضم میں اعانت کرتی ہے۔سر پر اس کے ضماد سے سکتہ کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ نہ صرف معدہ بلکہ پورے بدن میں غذا کے فضلات سے پیدا ہونے والے ریاح دفع کرتی ہے۔مقوی لثہ اور نافع قے وغثیان ہے۔کھانے اور سونگھنے دونوں طور پر بارد دماغ کو قوی کرتی ہے۔

ابن زہر نے لکھا ہے کہ دماغ کی طرف صعود ابخرات کو روکنے میں مجرب ہے۔ابن رشد کا بیان ہے کہ اگر ۲ گرام لونگ باریک کر کے سر کے مقدم حصہ پر چھڑکیں تو دمہ قطع ہوتا ہے۔

برودت کے سبب لاحق سلس البول اور تقیطر بول کی شکایت رفع کرتی ہے۔رحم کو تسخین پہنچاتی ہے۔اگر کوئی عورت حمل کی خواستگار ہے تو اسے ہر طہر کے بعد ۳ گرام قرنفل کھانا چاہئے۔اور اگر وہ یہ چاہتی ہے کہ حمل نہ قرار پائے تو اسے ہر روز ایک عدد قرنفلِ ذکر کھانا چاہئے۔قرنفل ذکر زیتون کی گٹھلی کی طرح، قرنفل کی ایک دوسری قسم ہے۔اسے دانت سے کاٹ لیا جائے۔اگر عورت ۲ گرام قرنفل باریک کر کے تازہ دودھ کے ساتھ نہار منہ کھائے تو اس کی قوت جماع میں اضافہ ہوتا ہے۔

قرنفل اصحاب سودا کے لئے نفع مند ہے۔ بارد رطوبت کے سبب عارض زلق الامعا کو فائدہ دیتی ہے اور امعاء کی طرف مواد آنے کو روکتی ہے۔استسقاء لحمی میں بہت زیادہ مفید

ہے۔ مسلسل جاری نزلات کو فائدہ دیتی ہے۔ مجموعی طور پر یہ ان دواؤں میں ہے جو اعضاء رئیسہ کو قوت دیتی ہیں۔ اسی لئے اسے خواہ کسی صورت استعمال کیا جائے یہ قوت جماع بڑھاتی ہے۔

اس کا ایک فعل یہ بھی ہے کہ یہ اپنی عطریت اور تیز خوشبو کے باعث قلب کو طاقتور اور مضبوط بناتی ہے۔

اس کی بہترین قسم وہ ہے جس کا ذائقہ شیریں اور خوشبو عمدہ ہو۔

مزاج: صاحب الالباب نے اسے دوسرے درجہ میں حار یابس لکھا ہے۔

اس کا بدل جاپھل اور مقدار خوراک ۳ گرام ہے۔

قسط

قسط کی متعدد قسمیں ہیں۔ ان میں ایک عربی ہے یہ سفید اور معمولی خوشبودار ہوتی ہے۔ دوسری شامی ہے جس کا ذائقہ تلخ ہوتا ہے۔ تیسری رومی ہے۔ سب قسمیں مقوی حرارت غریزی، ملطف ومقرح جلد ہیں۔ قسط کے روغن کی مالش اور اس کے جرم کا ضماد فالج اور لرزہ کو فائدہ دیتا ہے۔ اسی طرح یہ ہر اس مرض میں مفید ہے جس میں گہرائی سے مواد کو جذب کرنے کی احتیاج ہوتی ہے مثلاً عرق النسا۔

قسط بقوۃ مدر بول وطمث ہے، حب القرع کو مارتی ہے، باہ میں تحریک پیدا کرتی ہے، قولنج اور ہتک عضلات کو فائدہ دیتی ہے۔

اس کا روغن استرخاء عصب اور برودت عصب کے لئے عمدہ ہے۔ اسے اگر شراب اور افسنتین کے ساتھ کھائیں تو یہ لیشرغس، اوجاع صدر اور ہر قسم کے حشرات کے کاٹے میں مفید ہوتی ہے۔

اس کا بدل عاقرقرحا اور مقدار خوراک ۳ گرام ہے۔

مزاج: حار یابس تیسرے درجہ کے اول میں۔

قشر اترج

مقوی حرارت غریزی ہے۔ اس کی طرف دیکھنے اور اس کی خوشبو سونگھنے سے قلب

میں تفریح حاصل ہوتی ہے۔اسے اگر شراب میں ڈالیں تو وہ جلدی ترش ہو جاتی ہے۔

اس کی خوشبو سے وبا اور ہوا کے فساد کی اصلاح ہوتی ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ اترج کے چھلکے مفرحات تریاقیہ میں ہیں۔اس خاصیت میں ان کی حرارت معین ہوتی ہے۔یہ تیسرے درجہ میں حار یابس ہیں۔چھلکے افعال میں اپنے پتوں اور پھولوں کے قریب ہیں، مگر وہ دونوں اس سے زیادہ ملطف ہیں۔

حماض اترج یعنی نچوڑا ہوا پانی بھی حار مزاج قلب کے لئے مقوی تاثیر رکھتا ہے۔اور نافع خفقان حار ہے۔اس میں جو تریاقیت پائی جاتی ہے اس کی بناء پر یہ بچھو، قلۃ النسر اور سانپ کے کاٹے میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

اس کے تخم ہر قسم کے سموم کے لئے تریاق ہیں، یہ کیونکہ دوسرے درجہ میں بارد یابس ہیں اور جو ہر روح کو تقویت دیتے ہیں اس لئے انہیں مقویات قلب میں شمار کیا جاتا ہے۔بلکہ یہ بھی بعید نہیں ہے کہ وہ جو ہر روح میں روشنی اور تازگی پیدا کرتے ہوں۔

اس کے پتوں کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اگر انہیں سکھا کر کپڑوں کے درمیان رکھیں تو وہ انہیں کیڑوں سے اور گلنے سے بچاتے ہیں۔

اس کے چھلکے مفرحات میں شامل کئے جاتے ہیں۔اگر انہیں خشک کر کے پیس کر استعمال کریں تو منہ میں خوشبو پیدا کرتے ہیں، معدہ کو قوی بناتے ہیں اور ہضم میں مدد دیتے ہیں۔

اس کا مربی مذکورہ تمام خواص میں زیادہ قوی اور مؤثر ہے۔اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ اس کے چھلکے کاٹ کر تین دن نمک کے پانی میں ڈالیں پھر خوب اچھی طرح دھو کر برتن میں چاول کے ساتھ پکائیں یہاں تک کہ خوب گل جائے۔پھر نکال کر دوبارہ خوب اچھی طرح دھوئیں پھر تین گنی شکر یا شہد کے پانی میں اس قدر پکائیں کہ قوام آجائے۔اس کے بعد نکال کر چینی یا شیشہ کے برتن میں رکھیں۔مقدار خوراک ۱۵ گرام ہے۔یہ طب کے اسرار میں سے ہے۔

نارنج اور لیموں اپنے افعال میں اترج کی طرح ہیں۔

صاحب حیوٰۃ الحیوان نے لکھا ہے کہ جس مکان میں اترج ہوتا ہے اس میں جن داخل نہیں ہوتا۔رسول اللہ ﷺ نے قرآن پڑھنے والے مسلمان کی مثال اترج سے دیتے

ہوئے فرمایا ہے کہ قرآن پڑھنے والے مومن کے قلب سے شیطان بھاگتا ہے۔ دوسرے
پھلوں کے برخلاف اس پر یہ ضرب المثل صادق آتی ہے۔

حرف الکاف

کبابہ

مقوی حرارت غریزی و مقوی معدہ و اعضاء باطنہ ہے۔ پیشاب کا ادرار کرتا ہے،
گردہ و مثانہ سے وہاں پیدا ہونے والی پتھریوں کو نکالتا ہے۔ حلق کے درد کے لئے عمدہ ہے۔
قبض پیدا کرتا ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ یہ مجاری بول کا تنقیہ کرتا ہے اور حلق کو صاف کرتا ہے۔

ابن سینا کا بیان ہے کہ مسوڑھوں کے قروح عفنہ اور قلاع میں بہت اچھا کام کرتا
ہے۔ اس کا چبایا ہوا تھوک عورت کو لذت پہنچاتا ہے۔

صاحب تذکرہ کا کہنا ہے کہ برودت کے سبب لاحق خفقان میں نفع مند ہے۔
شریف کے مطابق اسے منہ میں رکھنے سے مسوڑھوں کو فائدہ ہوتا ہے۔ منہ میں خوشبو پیدا کرتا
ہے اور انفاس کو معطر بناتا ہے۔

گردہ اور جگر کے سدوں کو کھولتا ہے۔ طبیعت میں امساک پیدا کرتا ہے۔ ایک
گرام کبابہ سکنجبین کے ساتھ پینے سے شریٔ کو فائدہ ہوتا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ یہ مثانہ کے لئے مضر ہے۔ اس کا مصلح مصطگی ہے۔ مقدار خوراک
ایک گرام۔ بعض نے ۵ گرام بھی کہا ہے۔

مزاج: حار یابس دوسرے درجہ میں۔ کہا جاتا ہے کہ اس میں حرارت و برودت کی
دو متضاد قوتیں پائی جاتی ہیں۔

کمثریٰ

میٹھی بہی مقوی حرارت غریزی و مقوی معدہ ہے۔

ابن سینا نے ادویہ قلبیہ میں لکھا ہے کہ اس میں عطریت، قبض اور جو ہر روح کو قوت دینے کی تاثیر پائی جاتی ہے۔ تقویت قلب کے لئے اسے خصوصیت حاصل ہے۔ اس کا مربیٰ بھی یہی عمل کرتا ہے۔

جالینوس اور رازی کا بیان ہے کہ معدہ کی شرکت سے لاحق دردسر کا مریض اسے اگر غذا سے پہلے اور بعد میں کھائے تو دردسر سکون پاتا ہے۔

مزاج: معتدل رطب

کندر

مقوی حرارت غریزی ہے۔

صاحب تذکرہ نے لکھا ہے کہ اس کا پینا برودت کے سبب عارض خفقان میں نفع مند ہے۔ ابن سینا نے ادویہ قلبیہ میں اسے مقوی روح حیوانی وروح نفسانی قرار دیا ہے۔ اور تحریر کیا ہے کہ اسی وصف کی وجہ سے یہ کند خاطری، دماغی کمزوری اور نسیان کو فائدہ پہنچاتا ہے۔

تریاقیت کے سبب اس کی دھونی وبا میں مفید ہے۔

مزاج: جالینوس نے اسے دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس بتایا ہے۔

کہربا

مقوی حرارت غریزی وقلب ہے۔ نفث الدم ونزف الدم کو روکتا ہے۔ خفقان، خلفہ اور زحیر کو فائدہ دیتا ہے۔ قے اور کسی بھی جگہ سے خون کے بہنے کو بند کرتا ہے۔ مصطگی کے ہمراہ مقوی معدہ ہے۔ بعض لوگوں نے اسے رومی اخروٹ کا گوند لکھا ہے، لیکن یہ صحیح نہیں ہے۔ ابن سینا کا کہنا ہے کہ یہ سندروس کی طرح ایک گوند ہے، ٹوٹنے پر مائل بہ زردی، سفید اور شفافیت لئے ہوئے ہوتا ہے۔ بعض وقت سرخی مائل بھی ہوتا ہے۔

یہ گھاس اور تنکے اپنی طرف کھینچتا ہے، اسی لئے اسے فارسی میں کاہ ربا یعنی گھاس کو کھینچنے والا کہا گیا ہے۔ اسے اگر یرقان کے مریض کی گردن میں لٹکائیں تو بہت فائدہ دیتا

ہے۔اسے پیس کر آگ سے جلی جگہ پر لتھیڑنا نافع ہے۔رازی نے لکھا ہے کہ طمث ،بواسیر اور خلفہ میں خون جاری ہونے کی صورت میں اس کا پینا نفع مند ہے۔

محمود بن الیاس کا بیان ہے کہ اس میں عطریت اور شعاعیت موجود ہوتی ہے۔ قلب کی تقویت وتفریح کے علاوہ یہ خفقان کا ازالہ کرتا ہے۔اس خاص وصف میں اس کی نورانیت ،شعاعیت اور جوہر روح کو تقویت دینے میں اس کا فعل معین ہوتا ہے۔بچوں کی گردن میں لٹکانے سے ان کے رونے میں کمی واقع ہوتی ہے۔

حرف لام

لازورد

مقوی حرارت غریزی ہے۔قلب کی تفریح وتقویت کے لئے اس میں بڑی خصوصیت پائی جاتی ہے۔اس کی طرف نظر کرنا بھی مفرح ہے،خاص طور پر جب اسے سونے (ذہب) کے ساتھ ملایا گیا ہو۔

بے خوابی اور وجع کلیہ ومثانہ کو فائدہ دیتا ہے اور سودا کا اسہال کرتا ہے۔

مقدار خوراک ۳ سے ۵ گرام۔

اسے خام غیر مغسول،نقاشوں کے طریقہ کے مطابق استعمال کیا جاتا ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس ہے۔

لبن

تازہ عمدہ دودھ جسے دوہے ہوئے ایک گھنٹہ نہ گزرا ہو عمر بڑھاتا ہے۔مسمن ،مقوی باہ اور مولد منی ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ جو شخص حاجت تغذیہ کی مقدار کے مطابق پابندی سے مستقل دودھ استعمال کرتا ہے،اس کی صحت محفوظ رہتی ہے اور عمر لمبی ہوتی ہے۔

ابن سمجون کا بیان ہے کہ تازہ دودھ کا استعمال مسہل دواؤں کا ضرر دور کرتا ہے۔

بدن کی اصلی رطوبت کی حفاظت کرتا ہے۔غلبہ سودا کے سبب لاحق ہونے والے عقل کے فتور کی اصلاح کرتا ہےاور جوہر دماغ کو بڑھاتا ہے۔

طبری اور مالقی نے تحریر کیا ہے کہ دودھ کا استعمال بڑھاپے کے عمل کوسست کرتا ہے۔

دیسقوریدوس کا کہنا ہے کہ ہر قسم کا دودھ جید الکیموس، تغذیہ بخش اور ملین طبع ہے۔

کسی بھی قسم کے دودھ کواگر اونٹا کر استعمال کیا جائے تو وہ قبض پیدا کرتا ہے، خاص طور پر جب کہ اس کے پانی کوگرم کنکریوں سے خشک کرلیا جائے۔

دودھ اندرونی زخموں خصوصا قروح حلق، قصبتہ الریہ، امعاء، گردہ ومثانہ اور جلد کی خارش اور پھنسیوں کو فائدہ دیتا ہے۔اگر اسے ایک جوش دے کر استعمال کریں تو نفخ کی شکایت پیدانہیں کرتا۔اگر اسے گرم کنکریوں سے اس قدر پکائیں کہ آدھا رہ جائے تو یہ نافع اسہال ونافع قرحہ امعاء ہے۔

تازہ ددھ ادویہ قتالہ سے پیدا ہونے والی جلن گرمی اور حدت کا توڑ اور ان کی اصلاح کرتا ہے۔اس کی کلیاں منہ کے قروح اور اس کا غرغرہ تالو کے آس پاس کے زخموں کے لئے مفید ہے۔

دودھ کی تمام قسموں میں عورت کا دودھ سب سے شیریں اور سب سے تغذیہ بخش ہے۔اس کے بعد گائے کے دودھ کا درجہ ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ گائے کوانسان کے مزاج سے بہت مناسب ومشابہت حاصل ہے۔گائے کے حمل کی ۹ مہینہ کی مدت اس کے اور عورتوں کے مزاج کی مناسبت پر دلالت کرتی ہے۔

رسول اکرم ﷺ نے فرمایا ہے کہ گائے کا دودھ شفا اور اس کی چربی دواااور اس کا گوشت مرض ہے۔

آنحضرت نے فرمایا ہے کہ ''اللہ تعالیٰ نے کوئی مرض ایسانہیں پیدا کیا ہے جس کی دوانہ پیدا کی ہواس کا جہل اس کے جہل سے اور اس کا علم اس کے علم سے ہے۔گائے کا دودھ ہر مرض کے لئے شفا ہے۔تمہیں اس کا دودھ استعمال کرنا چاہئے۔یہ ہر قسم کی دوا کے استعمال سے بچاتا ہے۔''

میں نے سعفہ میں مبتلا ایک بچہ کو دیکھا جسے کسی علاج سے فائدہ نہیں ہوا تھا اور یہ

شکایت اسے ۱۲ برس سے تھی میں نے ایسے مکھن سے اس کا علاج کیا جسے اس دودھ سے ابال کر نکالا گیا تھا، جسے دوہے ہوئے ایک گھنٹہ نہیں گزرا تھا۔ اس علاج سے اس کی شکایت جاتی رہی۔

رازی کا بیان ہے کہ عورت کے دودھ کا سعوط دردسر میں فائدہ دیتا ہے۔ شکر کے ساتھ خاص کر بکری کے دودھ کا استعمال مالیخولیا میں مجرب ہے۔

صاحب جامع نے لکھا ہے کہ دودھ منی زیادہ کرتا، زندگی کی حفاظت کرتا، یادداشت بڑھاتا، تکان اور کثرت جماع سے لاحق عارضہ کو دور کرتا ہے۔ نافع یرقان وتریاق سموم ہے، بدن کا رنگ صاف کرتا ہے، پیاس کو تسکین دیتا ہے اور پیشاب کا ادرار کرتا ہے۔

طبری کے مطابق سب سے بہتر اور افضل گائے کا دودھ ہے۔ یہ بڑھاپے کو مؤخر کرتا ہے۔ سل، ربو، نقرس اور مزمن بخار کو فائدہ دیتا ہے۔

حیٰوۃ الحیوان میں درج ہے کہ اگر ۳۵۰ ملی گرام خرگوش کے دماغ کے ساتھ ۷۵ ملی لیٹر گائے کا دودھ استعمال کریں تو اس کو پینے والا کبھی بوڑھا نہیں ہوتا۔

حنین کا کہنا ہے کہ گائے کا خالص دودھ مقوی معدہ اور قاطع اسہال ہے۔ خاص طور پر جب اس میں گرم پتھر یا گرم لوہا بجھا کر استعمال کریں۔ یہ بھوک لگاتا، حرارت کو تسکین دیتا، بدن کو تازگی بخشتا اور موٹا کرتا ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ گائے کا دودھ سب سے زیادہ گاڑھا ہوتا ہے۔ اور سب سے زیادہ بدن کو تروتازہ بناتا ہے۔ گھوڑی کے دودھ کے بارے میں رازی کا خیال ہے کہ وہ سب سے زیادہ مسخن ہے مگر میں نے ترکی کے بہت سے لوگوں کو دیکھا جو اس کے پینے سے یہ گمان کرتے تھے کہ اس سے شراب کی طرح سکر پیدا ہوتا ہے۔ لیکن اس سے یہ خیال نہیں کرنا چاہئے کہ وہ اپنے افعال میں شراب کے درجہ کو پہنچتا ہے۔ یہ کھانا نیچے اتارتا ہے اور تلیین بطن کرتا ہے۔

اونٹنی کا دودھ جگر کی حرارت اور یبوست کو غیر معمولی فائدہ دیتا ہے۔ نصف لیٹر سے ایک لیٹر تک تازہ دودھ کا ۱۵ گرام شکر کے ساتھ استعمال استسقاء حار میں مفید ہے۔ حنین کا کہنا ہے کہ یہ استسقاء زقی اور استسقاء طبلی میں بھی نفع مند ہے۔ جگر میں لاحق ہونے

والی سختی اور اورام صلبہ کو تحلیل کرتا ہے۔

روفس کا بیان ہے کہ دودھ صدر کے مزمن امراض، سعال اور نفث الدمہ میں نافع ہے۔ اسے مستقل استعمال کے بجائے درمیان میں وقفہ دے کر استعمال کرنا چاہئے۔ دودھ پینے کے بعد فساد سے بچنے کے لئے سکون و آرام ضروری ہے۔ سونے سے بھی احتراز کرنا چاہئے، اس لئے کہ نیند تلیین کو روکتی ہے۔ دودھ پینے کے بعد جب تک وہ منحدر نہ ہو جائے کوئی اور غذا نہیں لینی چاہئے۔ کیونکہ معدہ میں اس کے ساتھ ماکول و مشروب میں سے جو چیز بھی مخلوط ہوگی اس سے فساد لاحق ہوگا، خواہ اسے دودھ سے قبل لیا جائے یا دودھ کے بعد لیا جائے۔ دودھ میں اگر زرنیخ ملا کر کسی جگہ رکھ دیں تو اس پر مکھیاں جمع ہو جائیں گی اور مر جائیں گی۔

صاحب جامع نے لکھا ہے کہ گائے کا دودھ سب سے زیادہ گاڑھا اور روغنی اور اونٹنی کا دودھ سب سے زیادہ رطب اور روغنی ہوتا ہے۔ اونٹنی کے بعد گھوڑی کے دودھ، اس کے بعد گدھی کے دودھ کا درجہ ہے۔ بکری کا دودھ معتدل اور بھیڑ کے دودھ میں پیز زیادہ ہوتا ہے اس میں برودت اور گاڑھے پن کا غلبہ ہوتا ہے۔ اسی طرح گائے کا دودھ اپنی چکنائی کے باعث زیادہ حار ہوتا ہے۔

نفیس کا بیان ہے کہ گائے کے دودھ میں زیادہ دسومت و سمنیت ہوتی ہے۔ جبکہ اونٹنی کے دودھ میں مائیت کی کثرت کی بناء پر رقت پائی جاتی ہے۔ گدھی کے دودھ میں رقت اونٹنی سے بھی زیادہ ہوتی ہے۔ بکری کا دودھ گائے اور گدھی کے دودھ کے درمیان معتدل ہوتا ہے۔ اسی لئے اطباء نے بکری کے دودھ کا ماء الجبن اختیار کیا ہے، کیونکہ کہ اس سے مقصود اسہال اور تلیین ہے اور یہ عمل دودھ کی مائیت و دہنیت کے سبب انجام پاتا ہے۔ چنانچہ بکری کے دودھ میں دوسروں کے مقابلہ میں مائیت اور رطوبت و دہنیت زیادہ پائی جاتی ہے۔ بھیڑ کے دودھ میں زیادہ جبنیت، گائے کے دودھ میں زیادہ دہنیت اور اونٹنی اور گدھی کے دودھ میں زیادہ مائیت ہوتی ہے۔ یہ اپنی قوت غسل، جلا اور تلطیف کی بناء پر ماء الجبن بنانے کے لئے مناسب نہیں ہوتے ہیں۔ مگر بکری کا دودھ ان سب میں معتدل ہوتا ہے، کیونکہ اس میں دہنیت گائے کے دودھ سے کم، جبنیت بھیڑ کے دودھ سے کم اور مائیت گدھی اور اونٹنی کے

دودھ سے کم ہوتی ہے۔

واضح ہو کہ دودھ کا شکر یا رب انگور ملائے بغیر مستقل استعمال برص پیدا کرتا ہے۔
شکر یا رب انگور ملا کر جب دودھ کی اصلاح کر لی جاتی ہے تو اس سے سوائے فائدہ کے کوئی
ضرر لاحق نہیں ہوتا۔

مزاج: دودھ مائیت، جبنیت اور دسومت سے مرکب ہے۔ اس کی مائیت حار،
ملطف اور بغیر لذع غسال ہے۔ اس کی دسومت قدرے مائل بہ اعتدال اور قدرے مائل بہ
حرارت اور جبنیت بارد ہوتی ہے۔

جالینوس کہتا ہے کہ دودھ کی حرارت برودت میں اور دودھ کی برودت حرارت میں
اضافہ نہیں کرتی ہے۔ اس میں حرارت معمولی اور خون سے کم درجہ ہوتی ہے۔ خون معتدل
الحرارت ہوتا ہے۔ صفرا حرارت کو اعتدال سے بڑھاتا ہے اور بلغم اعتدال کو برودت کی طرف
لے جاتا ہے۔ لیکن دودھ حرارت میں بلغم اور خون کے درمیان ہے بلکہ وہ خون سے نسبتاً
قریب اور بلغم سے نسبتاً دور ہے۔

رازی کا کہنا ہے کہ اگر دودھ میں پودینہ بستانی ڈالیں تو یہ پنیر نہیں بننے دیتا۔

معلوم ہونا چاہئے کہ دودھ چاول اور شہد عمر میں اضافہ کا باعث ہیں۔ دودھ اور
چاول شہد کے ہمراہ عمدہ لذیذ غذا ہے۔ بہت تغذیہ کرتی ہے اور عمر میں نمایاں طور پر اضافہ کرتی
ہے۔ اسے تیار کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ چاولوں کو خوب دھو کر کڑاہی میں پانی ڈال کر پکائیں
پھر ۸ لیٹر دودھ ڈال کر اتنا پکائیں کہ چاول گل جائیں اور کھانے کے وقت شہد ملا کر استعمال
کریں۔

اسی طرح فرنی کا استعمال ہے۔ اس کی ترکیب تیاری یہ ہے کہ شہد ایک حصہ پانی دو حصہ اور
پسے ہوئے چاول نصف حصہ اور دودھ تین حصہ کڑاہی میں ڈال کر اس قدر پکائیں کہ سب مل جائیں۔

لحم الغزال

ہرن کے گوشت کے لئے ابن زہر نے لکھا ہے کہ یہ اپنی خاصیت کی وجہ سے مقوی

حرارت غریزی و نافع غشی ہے۔ اور اس کی یہ خصوصیت تجربہ شدہ ہے۔ کہا جاتا ہے کہ اس کا مستقل استعمال آب رواں اور پہاڑوں کی طرح دل خوش کن اور دافع رنج و غم ہے۔

محمود بن الیاس کے مطابق یہ نافع قولنج و فالج ہے۔ اور بدن کے فضلات کی اصلاح کرتا ہے۔

مزاج: حار یابس

لسان الثور

گاؤزباں مقوی حرارت غریزی ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ اس کا مزاج حار رطب ہے، اس لئے اسے اگر شراب میں ڈال کر پئیں تو یہ تفریح کا سبب ہوتا ہے۔ قصبۃ الریہ اور حنجرہ کی خشونت کے باعث لاحق ہونے والی کھانسی میں اسے ماء العسل کے ہمراہ جوش دے کر پلائیں۔

ابن سینا نے اسے پہلے درجہ میں حار رطب کہا ہے۔ تفریح و تقویت قلب میں اسے بہت خصوصیت حاصل ہے۔ اصل میں اس میں رقیق سودا کے اسہال کی جو خاصیت پائی جاتی ہے، وہ تفریح و تقویت قلب کے لئے معاون ہوتی ہے۔ اس سے جوہر روح اور قلب کے خون کا تنقیہ ہوتا ہے۔

یہ محترق خلطوں کے انحدار میں اعانت کرتی ہے اور خلط صفرا سے پیدا ہونے والے سودا کو فائدہ دیتی ہے اور اس سے پیدا ہونے والے تمام امراض، وسواس، خفقان، خوف، دہشت اور نفس کی ردائت و فساد کا ازالہ کرتی ہے۔

اگر اس کے پتے جلا کر استعمال کریں تو مسوڑھوں کے ڈھیلے پن اور قلاع کو خاص کر بچوں کے قلاع نیز منہ میں حرارت کے سبب لاحق ہونے والے عارضوں کو فائدہ ہوتا ہے۔

لعب

کھیل مثلاً شطرنج، نرد، کبوتر بازی حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتے ہیں۔ اور انسان کو خراب

اور ردی تفکرات سے بچاتے ہیں، اس کے نتیجہ میں مالیخولیا، وسواس اور عشق کو فائدہ ہوتا ہے۔ دوسرے اور کھیلوں سے بھی ان کی طرف طبیعت کے شوق ورغبت کی وجہ سے یہی کیفیت پیدا ہوتی ہے۔

شرح تعرف کے مطابق غزالی نے لکھا ہے کہ شطرنج کھیلنا مباح ہے، لیکن اس کا مستقل استعمال اور ہر وقت مشغولیت شدید مکروہ ہے۔ اسی طرح سماع کا معاملہ ہے۔

ابن سینا نے بربری کھیل کے بارے میں لکھا ہے کہ وہ مقوی حرارت غریزی ومقوی باہ ہے۔

لعل

مقوی حرارت غریزی، مفرح ومحسن لون ہے۔ اس کی انگوٹھی پہننے والے کو احتلام نہیں ہوتا اور نہ وہ نیند میں ڈرتا ہے۔ اگر بچہ کے گلے میں لٹکائیں تو اس کی رال بہنی بند ہوتی ہے۔ اس کا معدن بدخشاں کے پہاڑ ہیں۔

اس کے افعال یاقوت جیسے ہیں، سوائے اس کے کہ یہ آگ برداشت نہیں کرتا اور اس میں خرابی آجاتی ہے۔

اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ تھوڑا ابلور (شیشہ) لے کر پھٹکری کے پانی میں ۷ مرتبہ جوش دیں پھر ۷ مرتبہ آب رودنج تازہ میں جوش دے کر سایہ میں رکھیں۔ خشک ہونے کے بعد پھر روغن گاؤ میں پکائیں۔ اس کے بعد صاف پانی سے دھوئیں، خوبصورت لعل بن جاتا ہے۔

مزاج: حار یابس پہلے درجہ ہیں۔

لقاء محبوب

مقوی حرارت غریزی ومفرح ہے۔ یہ تمام مفرحات سے زیادہ باعث تفریح اور شفاء امراض ہے۔

قرشی نے لکھا ہے کہ اکثر امراض کا مشترکہ بہترین علاج اس شخص کی ملاقات ہے

جیسے دیکھ کر دل خوش ہوتا ہے۔ یہاں تک بعض مرتبہ قریب المرگ عاشق جفا کے بعد اچانک محبوبہ کو دیکھ کر بستر سے اٹھ جاتا ہے اور تندرست ہو جاتا ہے۔ کسی شاعر نے کہا ہے۔

ہزار شربت شیریں و میوہ خوشبوی
چنان مفید نباشد کہ بوی صحبت یار

لولو

مقوی حرارت غریزی ہے۔

اسحق بن عمران نے لکھا ہے کہ موتی حرارت و برودت اور یبوست و رطوبت میں معتدل ہے۔ اس کے خواص میں سے ہے کہ وہ خفقان قلب اور مرہ سودا کے سبب لاحق خوف وڈر کو فائدہ دیتا ہے۔ قلب کے گاڑھے خون کو صاف کرتا ہے۔

محمود بن الیاس کا کہنا ہے کہ اس میں غم و حزن کو دور کرنے کی بڑی منفعت ہے۔ اعصاب عین کی سختی و تنگی کے سبب آنکھ میں جو رطوبت بڑھ جاتی ہے اسے خشک کرتا ہے۔

عبداللہ بن جبرئیل کا بیان ہے کہ اگر اسے مریض کی گردن میں لٹکائیں تو یہ قلب کو قوی کرتا ہے۔ ابن زہر نے منہ میں رکھنے کا بھی یہی فائدہ بتایا ہے۔

ابن ماسہ نے لکھا ہے کہ یہ نافع تاریکی چشم ہے۔ آنکھ کے میل کچیل اور بیاض کو دور کرتا ہے۔ اسے خون بند کرنے والی دواؤں میں ڈالتے ہیں۔ دانتوں کو خوب صاف کرتا ہے۔

فلاحت رومیہ کے مطابق اگر زرد موتی ایک پیاز میں رکھ کر آٹے سے لپیٹیں اور اسے تنور میں روٹی کی طرح پکائیں یہاں تک کہ آٹا اور پیاز پک جائے تو تنور سے سفید موتی برآمد ہوگا اور اس کی زردی زائل ہوگئی ہوگی۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ اسے کھانا اور منہ میں رکھنا قلب کی تقویت کا باعث ہے۔

مقدار خوراک ۵ گرام

عبداللہ (بن جبرئیل) نے کہا ہے کہ نزول الماء کی ابتدا اور انتشار عین میں اس کا سرمہ مفید ہے۔ وسمہ کے بیج بھی اسی کی طرح اس میں نافع ہیں۔

لوز

میٹھا بادام عمر بڑھاتا ہے۔
ابن زہر نے لکھا ہے کہ جوہر دماغ کی حفاظت کی اس میں خاص خصوصیت پائی جاتی ہے۔
علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے کہا ہے کہ یہ اعضا کو رطوبت کے غلبہ سے بچاتا ہے اوران پر رطوبت غریبہ طاری نہیں ہونے دیتا۔
معتدل نیند لاتا ہے۔اس کا لیپ رطوبت اصلیہ کے مثل رطوبت پیدا کرتا ہے اور رطوبت اصلیہ کی حفاظت کرتا ہے۔
کان میں روغن بادام ٹپکانے سے بھی نیند آتی ہے۔

حرف المیم

ماء اللحم

مقوی حرارت غریزی ہے۔
ابن سینا نے ادویہ قلبیہ میں لکھا ہے کہ ماء اللحم اگرچہ خالص غذا ہے، لیکن اس کا پانی ضعف قلب کے علاج میں داخل ہے۔اس لئے اس کے بارے میں یہاں لکھنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ماء اللحم کا گوشت اگر بہترین ہو خواہ وہ یک سالہ دنبہ اور یک سالہ بھیڑ اور بکری کا ہو، تو وہ ضعف قلب کی بہت نفع مند اشیاء میں ہے۔
نفیس نے لکھا ہے کہ صاحبِ غشی کے لئے یہ سب سے اچھی غذا ہے۔اس لئے کہ یہ غذاء لطیف، سریع الہضم وسریع النفوذ ہے، حرارت غریزی کو بھڑکاتی ہے، کم وقت میں کثیر مقدار میں روح کی تولید کرتی ہے اور دیر ہضم وثقیل غذا کے ہضم، اعضاء تک اس کے نفوذ یا قویٰ کی تقویت کے لئے زیادہ طاقت اور وقت نہیں صرف ہونے دیتی۔
معلوم ہونا چاہئے کہ ماء اللحم وہ ہے جسے قرع انبیق سے نکال کر صاف کر کے

استعمال کیا جاتا ہے، وہ نہیں ہے جیسا کہ ہمارے زمانہ کے اطباء سمجھتے ہیں کہ وہ شوربہ ہے جس کے پانی میں گوشت ہوتا ہے۔

ماء المطر

بارش کا پانی عمر بڑھاتا ہے۔ عوف بن مالک اشجعی سے روایت ہے کہ وہ بیمار ہوئے تو رسول اکرم نے پانی منگوایا اور ''ماء مبارکا'' پڑھا پھر شہد منگوایا اور پڑھا فیه شفاء للناس پھر زیتون لانے کے لئے کہا اور پڑھا فانه من شجرة مباركة اس کے بعد تینوں کو ملایا۔ اسے پینے سے وہ ٹھیک ہو گئے۔

روفس کا کہنا ہے کہ بارش کا پانی وزن میں ہلکا، لطیف، صاف اور شیریں ہوتا ہے۔ اس میں جو چیز پکائی جاتی ہے وہ جلدی پک جاتی ہے۔ اس سے سخونت بھی جلدی پیدا ہوتی ہے۔ پانی کی تمام خوبیاں اس میں موجود ہوتی ہیں۔ اسی لئے یہ ہضم، ادرار بول، جگر، طحال، گردے، پھیپھڑے اور اعصاب کے واسطے عمدہ ہے۔ اس میں شدیدی تبرید کی بہت قوت نہیں ہوتی ہے لیکن ترطیب زیادہ ہوتی ہے۔ لطافت کی وجہ سے وہ جلدی نفوذ کرتا ہے۔

آملی نے لکھا ہے کہ یہ طحال کے لئے بہت نافع ہے۔

قرشی کا بیان ہے کہ بارش کا پانی دوسرے پانیوں کی بہ نسبت عصبی امراض کے لئے کم مضرت رساں ہے۔ سب سے بہترین پانی نہروں کا ہوتا ہے، خاص کر ان نہروں کا جو اچھی مٹی پر بہتی ہیں جن کا پانی خرابیوں سے خالی ہوتا ہے یا پتھریلی زمین پر بہتی ہیں جن کا پانی عفونت قبول کرنے سے باز رہتا ہے۔ اسی طرح وہ پانی جو شمال کی طرف یا مشرق کی طرف جاری ہوتا ہے۔ خاص کر وہ جو اوپر سے نیچے کی طرف اترتا ہے اور جو سر چشمہ سے دور نہیں ہوتا۔ اسی کے ساتھ اگر وہ خفیف الوزن ہو اور پینے والے کو شیریں محسوس ہو تو وہ ہر طرح اچھا ہوتا ہے، خصوصا اس وقت جب وہ گہرائی میں تیزی سے بہتا ہو۔ چشمہ کا پانی غلاظت اور ردائت سے خالی نہیں ہوتا۔ کنوؤں اور بہت چشموں والی جگہ کا پانی اور زیادہ ردی ہوتا ہے۔

پانی ہضم غذا شروع ہونے کے بعد پینا چاہئے۔ لیکن فورا بعد پینا برا اور درمیان

میں پینا اور زیادہ برا ہے۔ جن لوگوں کو اس سے نفع ہوتا ہے وہ دراصل وہ لوگ ہوتے ہیں جن کے معدہ میں حرارت موجود ہوتی ہے۔

بعض اطبا کا کہنا ہے کہ جو شخص کھانے کے درمیان پانی نہیں پیتا اس کا معدہ قوی اور اس کی صحت وقوت قائم رہتی ہے۔ کہا گیا ہے کہ پانی پینے میں جلدی نہ کرو یہاں تک کہ تمہاری غذا پورا وقت نہ لے لے۔ اور ایک گھنٹہ صبر کرو اور معتدل حرکت سے غذا میں ٹوٹ پھوٹ کا عمل ہونے دو۔

واضح ہو کہ گرم پانی سے غسل اپنی حرارت کی بناء پر فضلات کو تحلیل کرتا ہے، حرارت غریزی کو برانگیختہ کرتا ہے۔ اور رطوبت کو بہت زیادہ تحلیل ہونے سے بچاتا ہے۔ ٹھنڈے پانی سے غسل نقصان رساں ہے، مگر گرمیوں میں تندرست نوجوانوں کے لئے ٹھیک ہے۔ فرحت وبرداشت کی حد تک ہی ٹھنڈے پانی میں رہنا چاہئے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ ان مذکورہ باتوں کا لحاظ کئے بغیر ٹھنڈے پانی سے غسل حرارت غریزی کو اس کے اچانک اندر جانے کی وجہ سے شکست دیتا ہے۔ پھر جب حرارت واپس باہر آتی ہے تو اسے پہلے سے دوچند قوت بخشتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ بدھ کو غسل اور بال بنوانے سے عمر میں اضافہ ہوتا ہے۔

ابن زہر نے لکھا ہے کہ مصطگی ملے پانی پینے سے جگر ومعدہ کے امراض سے امان ملتی ہے۔ اور ایسے پانی سے جس میں کوٹے ہوئے تخم تربوز ملے ہوں انسان پتھری سے بچا رہتا ہے۔ جالینوس کا بیان ہے کہ جس پانی میں لوہا بجھایا گیا ہو وہ پانی معدہ کو قوی کرتا، بدن کو موٹا بناتا اور باہ کو بڑھاتا ہے۔ ارسطو کے مطابق گندھک کے پانی سے دیر تک غسل خارش کے لئے سب سے زیادہ نفع مند چیز ہے۔

ماء الورد

مقوی حرارت غریزی ومقوی معدہ ودماغ وقلب ہے۔ سونگھنے، پینے اور لگانے تینوں صورتوں میں عمل کرتا ہے۔ یہ قویٰ اور آلات قویٰ کی تقویت کا باعث ہے۔ سونگھنے اور لگانے سے صداع حار کو سکون دیتا ہے۔ عطریت اور قبض کے سبب اس کے سونگھنے سے غشی

زائل ہوتی ہے، حواس خمسہ میں تحریک اور نفس میں انبساط واقع ہوتا ہے، خفقان حار کو نفع اور جسم کو قوت ملتی ہے۔ گرمی سے پیدا ہونے والے آنکھ کے درد کو تسکین دیتا ہے۔ اس کی کلیوں سے مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں۔ اگر اسے گھونٹ گھونٹ پئیں تو غشی کو نفع دیتا ہے۔ بدن میں خوشبو پیدا کرتا ہے۔ سج اور نفث الدم میں نافع ہے۔ سر پر بہانے سے خمار اور درد سر کو سکون دیتا ہے۔ اس کے لئے روغن گل بھی مجرب ہے۔

اگر تازہ گلاب ۳۰ گرام پئیں تو دست لاتا ہے۔ آنکھ کی طرف اترنے والے مواد کو روکتا ہے اور آنکھ کی بیماریوں کو دفع کرتا ہے۔

اس کے کھانے یا لگانے کی زیادتی سے بال سفید ہوتے ہیں۔ چنانچہ کہا گیا ہے

موی کہ سازند سفید از گلاب سترہ جو موی سیہ است از خضاب

مزاج: بعض نے حار اور بعض نے بارد کہا ہے۔ یہ دونوں جالینوس کے قول ہیں۔ لیکن صحیح یہ ہے کہ یہ اپنے پھول کی طرح مرکب القویٰ ہے۔

مثلث

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ یہ انگور کا پانی ہے۔ اسے جھاگ نکالتے ہوئے اس قدر جوش دیتے ہیں کہ ایک تہائی پانی باقی رہ جاتا ہے اور دو تہائی اڑ جاتا ہے۔

صاحب مغنی کا کہنا ہے "الجمہوری" وہ مشروب ہے جس میں انگور کا نچوڑا ہوا پانی پکانے کے بعد نصف باقی رہ جائے۔ اور مثلث وہ ہے جس میں تہائی پانی اور میفختج وہ ہے جس میں چوتھائی پانی باقی رہے۔ لیکن اقسرائی نے لکھا ہے کہ میفختج اسے کہتے ہیں جس میں نچوڑا ہوا تہائی پانی باقی بچے اور مثلث و میفختج میں کوئی فرق نہیں ہے۔ شیخ نجیب الدین سمرقندی نے بھی یہی بات لکھی ہے۔

صاحب جامع کا بیان ہے کہ اکثر اطبا کا یہی کہنا ہے کہ مثلث اس آب انگور کو کہتے ہیں جو جوش دینے اور جھاگ دور کرنے کے بعد ایک تہائی باقی رہ جاتا ہے اور دو تہائی اڑ جاتا ہے۔ لیکن میں کہتا ہوں کہ یہ صحیح نہیں ہے، کیونکہ اس طریقہ سے رب بن جاتا ہے اور یہ رب

کی شکل ہے۔ جب کہ مثلث کا قوام رقیق ہوتا ہے۔ مثلث میں شراب کی کوئی منفعت نہیں
پائی جاتی ہے اور نہ انسان اس کے استعمال کا عادی بنتا ہے۔ اور سب لوگ اس کے قائل ہیں
کہ اس کے منافع خمر کے منافع کے قریب ہیں۔ ان منافع میں حرارت غریزی کی تقویت
ہضم غذا اور خون صالح کی تولید ہے۔ بلکہ بعض کے نزدیک یہ شراب سے زیادہ نفع مند ہے
کیونکہ یہ ایسی تمام خرابیوں سے پاک ہوتا ہے اور اس میں فضول ارضی اجزاء مخلوط نہیں ہوتے
ہیں وہ جوش دیتے وقت نیچے تہ نشین ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح اس میں فضول مائیت اور بخاری
اجزا بھی مخلوط نہیں ہوتے ہیں، وہ تبخیر کے ذریعہ اڑ جاتے ہیں اسی شراب کا نام مثلث ہے اور
اسی کو شراب مغسول بھی کہا جاتا ہے۔ محمود بن محمد آملی نے شرح کلیات ایلاقی میں لکھا ہے کہ وہ
شراب جو مغسول کے نام سے معروف ہے وہ تین حصہ انگور کا نچوڑا ہوا پانی اور ایک حصہ سادہ
پانی ملا کر آگ پر پکاتے ہیں، یہاں تک کہ تہائی حصہ اڑ جاتا ہے۔ یہ بہت نافع ہے۔ اسی
شراب کو مثلث بھی کہتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہوا کہ مثلث یہ ہے نہ کہ وہ جس کا ذکر اطباء نے
کیا ہے۔ انہیں غلط فہمی ایلاقی وغیرہ کی اس عبارت سے ہوئی کہ ''اسے تہائی تک جوش دیا
جائے''۔ اس عبارت سے یہ مفہوم مراد لیا گیا کہ اسے اس قدر جوش دیں کہ تہائی باقی رہ جائے
اور دو تہائی ختم ہو جائے۔ لیکن یہ غلط ہے۔ کلیات قانون میں ابن سینا کے قول سے بھی اس کی
تائید ہوتی ہے۔ اس کے مطابق ''یہاں تک کہ تہائی حصہ جاتا رہے''۔

وہ آب انگور جسے اس قدر جوش دیں کہ تہائی ختم ہو جائے اور دو تہائی باقی رہے، فقہا
کے یہاں باذق کہلاتا ہے اور اس کے لئے حکم ہے کہ جب تک وہ شیریں رہے اس کا پینا حلال
ہے۔ حرام اس وقت ہے جب اسے خوب زیادہ پکا کر اس کا عمدہ اور افضل حصہ نکال کر پھینک
دیں۔ اسے خواہ تھوڑا استعمال کریں یا زیادہ یہ حرام ہے۔ لیکن جس کے پینے والے کو سکر نہ پیدا
ہو وہ حلال ہے۔

میرا گمان ہے کہ اس مسئلہ سے غفلت کا سبب یہ ہے کہ اطبا نے اسے علم فقہ کے
مباحث میں سمجھا اور فقہا نے اسے طب کا مسئلہ قرار دیا۔ امام اوزاعی کا فرمانا ہے کہ یہ مباح
ہے۔ اصحاب ظواہر اور بعض معتزلہ کا بھی یہی کہنا ہے کہ یہ ایک اچھا مشروب ہے اور شراب

نہیں ہے۔اور یہ مثلث کی طرح حلال ہے۔

غرض مثلث جسے جوش دے کر درج بالا طریقہ کے مطابق استعمال کیا جائے اس وقت تک حلال ہے جب تک وہ سکر نہ پیدا کرے اور اس کے پینے والے کو نشہ نہ ہو۔یہی ابوحنیفہ اور ابو یوسف کا قول ہے۔

مسک

مقوی حرارت غریزی ہے۔

ابن ماسہ کا بیان ہے کہ پسینہ کو خوشبودار بناتا ہے،مقوی قلب ہے،سوداوی لوگوں میں جرأت وحوصلہ بڑھاتا ہے اور ان میں جو بزدلی عارض ہو جاتی ہے،اسے زائل کرتا ہے۔اسے بدن پر لگانے سے اعضاء ظاہرہ کو قوت ملتی ہے اور اسے کھانے سے اعضاء باطنہ کو تسخین حاصل ہوتی ہے۔اس میں رطوبت فضلیہ پائی جاتی ہے جس کے سبب یہ باہ بڑھاتا ہے۔

ابن باجہ نے لکھا ہے کہ اسے پینے،سونگھنے اور ناک میں پھونکنے اور روغن بادام کے ہمراہ سعوط کرنے سے صرع کو فائدہ ہوتا ہے۔

حنین نے کہا ہے کہ اسے آنکھ کو تقویت دینے والی دواؤں کے ساتھ استعمال کرتے ہیں۔یہ بیاض رقیق کو جلا دیتا ہے اور اس کی رطوبت کو جذب کرتا ہے۔

ابن سینا کے مطابق یہ بیش،بلبل اور قرون السنبل کا سب سے بڑا تریاق ہے۔ تفریح پیدا کرتا اور توحش دور کرتا ہے۔مقدار خوراک ۲۵۰ ملی گرام ہے۔

اصحاب تجربہ کا کہنا ہے کہ اسے اگر ادویہ حواس کے ساتھ استعمال کریں تو جودت اور ذکاوت پیدا کرتا ہے اور اگر اسے ادویہ مسہلہ کے ساتھ شامل کریں تو یہ بہترین تنقیہ کرتا اور دواء مسہل سے پیدا ہونے والے ضعف کو دور کرتا ہے۔اگر فالج اور اصحاب سکتہ باردہ کے مریض اسے سعوط کریں تو انہیں فائدہ دیتا ہے اور سعوط کی دواؤں میں داخل کرنے سے ان کے دماغ کو تقویت پہنچاتا ہے۔

گرم روغنوں میں حل کر کے کمر کے مہروں پر طلا کرنے سے خدر اور فالج تمددی کو

فائدہ دیتا ہے۔

ابن رشد نے کہا ہے کہ اس کا پینا آنتوں کے غلیظ ریاح میں مفید ہے۔ صاحب حیوۃ الحیوان الدمیری کے مطابق مشکی ہرن کا رنگ سیاہ ہوتا ہے۔ اور یہ اپنے قد وقامت، نازک ٹانگوں اور پھٹے ہوئے کھر میں دوسرے ہرنوں سے مشابہ ہوتا ہے لیکن ان سے اس معنی میں مختلف ہوتا ہے کہ اس کے منہ میں دونوں ناب چھوٹے، سفید، باہر نکلے ہوئے فک اسفل میں خنزیر کے ناب کی طرح جڑے ہوتے ہیں۔ اور یہ دونوں ناب انگشت کے ایک پورے سے چھوٹے ہوتے ہیں۔

مشک کی حقیقت یہ ہے کہ وہ ناف میں جما ہوا خون ہے جو سال میں کسی خاص وقت میں اعضا سے مواد کے مانند وہاں پہنچ کر جمع ہو جاتا ہے۔ اس ناف کو اللہ تعالیٰ نے مشک کا معدن بنایا ہے۔ یہ اس سے ہر سال اسی طرح برآمد ہوتا ہے جیسے درخت سے پھل برآمد ہوتے ہیں۔

مزاج: صاحب منہاج نے دوسرے درجہ میں حار یابس لکھا ہے۔ بعض لوگوں نے تیسرے درجہ میں بھی کہا ہے۔

مسکن عالی

بلند مقامات کی رہائش عمر میں اضافہ کرتی ہے، بدن کو قوی کرتی ہے اور امراض کا ازالہ کرتی ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ بلند مقامات کے باشندے زیادہ صحتمند، زیادہ طاقتور، زیادہ لمبی عمر اور زیادہ مضبوط اور جری ہوتے ہیں۔

اس کی تشریح میں میں کہتا ہوں کہ ان کی صحت وتندرستی رکاوٹ نہ ہونے کے باعث ہوا کی صفائی کی بناء پر ہے۔ اور ہوا کی صفائی کی وجہ وہاں اس کی کثرت اور چاروں طرف سے اس کا تیز چلنا ہے۔ یہ تیز ہوائیں ہوا کو گرم کرنے والے عناصر اور بخارات، دھووں، جانوروں کی سانسوں اور شعاعی انعکاس سے اس میں عفونت پیدا کرنے والی چیزوں

کواڑا کے لے جاتی ہیں۔
جہاں تک قوت کا معاملہ ہے تو وہ ہواؤں کی ٹھنڈک، قلت تحلل، قویٰ کی حفاظت اور بہتر ہضم کی وجہ سے ہے۔
طول عمری کا سبب بھی ہضم کی خوبی اور قلت تحلل ہے۔
مضبوطی اور بہادری کی وجہ بھی ان کا ہضم، قوتیں، اور ہوا کی برودت ہے۔
مساکن عالیہ ہی کی طرح مسکن شمالی کے لوگوں میں بھی یہ سب باتیں پائی جاتی ہیں۔
ابن سینا نے لکھا ہے کہ شمالی علاقوں میں رہنے والوں کے مقتضیات میں خوبی ہضم، طول عمر اور قلت تحلل شامل ہے۔

مصطگی

مقوی حرارت غریزی و قلب ہے۔
صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ یہ قابض و محلل ہے۔ ڈھیلا پن اور ارخا پیدا کرتی ہے۔ اس کو چبانے سے سر سے بلغم کا تنقیہ ہوتا ہے۔ یہ منقلب پلکوں میں التصاق پیدا کرتی ہے۔ سعال بلغمی اور نفث الدم میں نافع ہے۔ معدہ وجگر کو قوی کرتی ہے۔ شہوت کے لئے موافق ہوتی ہے۔ ڈکار کو تحریک دیتی ہے۔ بلغم خارج کرتی ہے۔ ورم کبد، نزف الدم، نتو الرحم اور نتو السرم (ناف ٹلنا) کو فائدہ دیتی ہے اور قبض پیدا کرتی ہے۔
دیسقوریدوس کا بیان ہے کہ پھیلنے والے خراب زخموں کو بدن میں پھیلنے سے روکتی ہے۔ پیشاب لاتی ہے۔ اس کی کلیوں سے ملنے والے دانت مضبوط ہوتے ہیں۔ اِسے چبانے سے منہ میں خوشبو اور مسوڑھوں میں مضبوطی پیدا ہوتی ہے۔
جالینوس نے کہا ہے کہ سفید مصطگی کو علک الروم بھی کہتے ہیں۔ یہ متضاد قوتوں سے مرکب ہے یعنی قوت قبض، قوت تسخین اور قوت تلیین۔ اسی سبب سے یہ نافع اورام معدہ، مقعد، امعا اور کبد ہے۔
مزاج: دوسرے درجہ میں حار یابس ہے۔

سیاہ مصطگی نبطی کے نام سے مشہور ہے۔ اس میں سفید مصطگی سے زیادہ شدید تجفیف پائی جاتی ہے۔ اسی لئے یہ ان بیماریوں میں جہاں شدید تجفیف کی احتیاج ہوتی ہے زیادہ نفع مند ثابت ہوتی ہے۔ چنانچہ اسی بناء پر یہ ظاہر بدن کے بہت سخت ورموں میں فائدہ کرتی ہے۔

اسحٰق بن حنین کے مطابق یہ حافظہ اور ذہن کو بڑھاتی ہے اور نسیان دور کرتی ہے۔

• تمیمی نے اسے چبانے اور کھانے دونوں صورتوں میں مالیخولیا میں مفید بتایا ہے۔ اس کے مطابق اس کا سرمہ پلکوں کے بالوں کو ٹوٹنے سے روکتا ہے اور بال اگاتا ہے۔ مصطگی ہیل خرد اور عود ہندی ہموزن کا شربت انار و نعنع کے ساتھ استعمال قے بلغمی کو روکنے میں مجرب ہے۔

روغن مصطگی سفید مصطگی سے بنایا جاتا ہے سیاہ مصری مصطگی سے نہیں بنایا جاتا۔ روغن کی قوت مصطگی کی قوت جیسی ہوتی ہے۔

مومیائی

مقوی حرارت غریزی ہے۔

محمود بن الیاس نے لکھا ہے کہ اس میں تقویت روح کی بڑی خاصیت پائی جاتی ہے اور اس خاصیت میں اس کی قوی لزوجت معاون ہوتی ہے۔

یہ معدنی اور مصنوعی دو طرح کی ہوتی ہے۔

دوسرے درجہ کے آخر میں حار، لطیف، رطب و محلل ہے۔ اس کے کھانے اور اس کی مالش سے بلغمی اورام، خلع، کسر، سقطہ، ضربہ، فالج، لقوہ، شقیقہ، صداع بارد، صرع، دوار کو فائدہ ہوتا ہے۔

جو کے جوشاندہ کے ہمراہ ۲۵۰ ملی گرام کی مقدار میں اس کا کھانا ثقل زبان میں نافع ہے۔ پھیپھڑے سے نفث الدم کو روکتی ہے۔ سکنجبین یا رب السوس کے ہمراہ ۲۵۰ ملی گرام کھانے سے خناق اور وجع حلق کو فائدہ ہوتا ہے۔

آب عناب اور ماء الشعیر کے ساتھ ۲۵۰ ملی گرام کی مقدار میں کھانے سے سعال

میں نفع کرتی ہے۔

کرفس کے جوشاندہ کے ہمراہ ۱۲۵ ملی گرام کھانے سے ہچکی دور کرتی ہے۔ ۱۲۵ ملی گرام تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے قروح مثانہ کو فائدہ دیتی ہے۔ ۱۲۵ ملی گرام خالص شراب یا مثلث کے ساتھ کھانا اور روغن زرد کے ساتھ لگانا بچھو کے کاٹے میں نافع ہے۔

حرف نون

نانخواہ

مقوی حرارت غریزی ہے۔

امین الدولہ نے لکھا ہے کہ یہ فارسی نام ہے جس کے معنی روٹی چاہنے کے ہیں۔ یعنی یہ بھوک لگاتی اور خواہش طعام پیدا کرتی ہے۔ اسے روٹی پکانے سے پہلے آٹے کے پیڑے میں ملانا چاہئے۔ اس کی بہترین قسم بھاری، تازہ، خوشبودار اور سرخ ہوتی ہے۔ اس کے تخم بطور دوا زیادہ نفع بخش ہیں۔

نانخواہ سدوں کو کھولتی ہے۔ بول وطمث کا ادرار کرتی ہے۔ معدہ کی کمزوری رفع کرتی ہے۔ متلی روکتی ہے۔ جگر اور بارد معدہ کو فائدہ دیتی ہے۔ مدر طمث ہے۔ سونگھنے، پینے اور لگانے تینوں صورتوں میں دردسر دور کرنے میں مجرب ہے۔ شراب کے ہمراہ پینے سے مڑوڑ، عسر بول اور کیڑوں کے کاٹے میں اچھا کام کرتی ہے۔ اس کے پینے اور مالش کرنے سے بدن کا رنگ زرد ہوتا ہے۔ اس کا حقنہ سکتہ کے مریض کے لئے مفید ہے۔

جالینوس کا بیان ہے کہ اس کے کھانے سے فالج کو فائدہ ہوتا ہے۔ اسے فالج کے مریضوں کی غذا میں شامل کرنا چاہئے۔

رازی نے لکھا ہے کہ نانخواہ اور زوفاء خشک کو گائے کے دودھ میں پیس کر بطور سرمہ لگانے سے طرفہ کی شکایت جاتی رہتی ہے۔

فارسی کا کہنا ہے کہ یہ معدہ اور صدر کی پیپ ختم کرتی ہے۔ محلل ریاح، ہاضم طعام، نافع وجع الفواد وغثیان ہے۔ سانس اور غذا کے عدم ذائقہ کی اصلاح کرتی ہے اور ذائقہ کو

واپس لاتی ہے۔

ابن ماسویہ کے مطابق منقی گردہ ومثانہ ہے۔

طبری نے لکھا ہے کہ یہ پتھری دور کرتی اور دیدان وحب القرع نکالتی ہے۔ ادویہ مسہلہ میں شامل کرنے سے ان لوگوں کو نفع ہوتا ہے جو مروڑ کی پرانی شکایت میں مبتلا ہوں۔ اسے چہرہ پر ملنے سے بثور لبنیہ رفع ہوتے ہیں۔ اخروٹ محرق کے ساتھ اسے پیس کر کھانا زحیر کو فائدہ دیتا ہے۔

بولس نے کہا ہے کہ اسے پینے اور لگانے سے وجع الورک کو افاقہ ہوتا ہے۔ اسحٰق بن سلیمان نے لکھا ہے کہ اگر اسے بہق و برص کی نافع دواؤں کے ساتھ شامل کریں تو یہ ان کے منافع اور تاثیر میں اضافہ کرتی ہے۔

مزاج: حار یابس تیسرے درجہ میں۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ اس کی حرارت دوسرے درجہ میں ہے۔

نعناع

مقوی حرارت غریزی ہے۔ کھائی جانے والی سبزیوں میں جوہر کے اعتبار سے یہ سب سے زیادہ لطیف ہے۔

دیسقوریدوس نے لکھا ہے کہ اس میں قوت قابضہ، مسخنہ ومجففہ پائی جاتی ہے۔ اسی لئے اگر اس کا عصارہ سرکہ کے ساتھ پئیں تو نفث الدم قطع کرتا اور دیدان طوال کو مارتا ہے۔ اس میں موجود رطوبت فضلیہ خواہش جماع بڑھانے کا باعث ہے۔ یہ حلق میں خارش پیدا کرتا ہے۔

اس کا مصلح ہی دانہ ہے۔ بدل نصف وزن صعتر اور مقدار خوراک ۹ گرام ہے۔

اگر اسے آب انار ترش کے ہمراہ کھائیں تو ہچکی، متلی اور ہیضہ کو فائدہ دیتا ہے۔ دودھ جمنے کے سبب عارض ورم پستان میں نمک کے ساتھ اس کا ضماد درد اور ورم کو ساکن کرنے میں مجرب ہے۔ نمک کے ساتھ اس کا ضماد کتے کے کاٹے میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ اگر عورت جماع سے قبل اس کا حمول کرے تو مانع حمل ہے۔ اس کی مالش زبان کی خشونت دور

کرتی ہے۔

شریف کا بیان ہے کہ اسے چبانے سے داڑھ کا درد فوراً سکون پاتا ہے۔اس کو چبا کر بچھو کے کاٹے پر لگانے سے عجیب فائدہ ظاہر ہوتا ہے۔

اگر گلے کے خنازیر کا مریض روزانہ تین مرتبہ اس کا ۵۰۰ ملی گرام عصارہ روغن زیتون کے ساتھ سعوط کرے تو بہت نفع مند ہے۔اس کے عصارہ کا ضماد بواسیر کی کامیاب ترین دواؤں میں ہے۔

اگر اس کی تازہ سبز پتیاں دودھ سے تیار کئے گئے کھانوں پر چھڑکیں تو یہ ان کی مضرتوں کو دور کرتا ہے۔

اس کے پتوں کو کوٹ کر نمک طعام اور روغن زیتون میں ملا کر خلط غلیظ کے سبب سے بدن پر نکلنے والے پھوڑوں پر رکھیں تو شفا دیتا ہے۔

کتے کے کاٹے کی یہ خاص نافع دوا ہے۔معدہ کو تقویت دیتی ہے۔اس میں پائی جانے والی خوشبو ہضم کی قوت کی اعانت کرتی ہے اور ڈکار لاتی ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ پودینہ میں جو لطیف عطریت اور تلخی و عفوصت کے اختلاط سے جو لذیذ شیرینیت اور مناسب انقباض کی جو قوت پائی جاتی ہے وہ تفریح قلب میں بہت معاون ہوتی ہے۔

اس کے مزاج کے بارے میں خیال ہوتا ہے کہ اس کی حرارت پہلے درجہ کے آخر میں اور اس کی یبوست دوسرے درجہ کے اول میں ہے۔

صاحب منہاج کا بیان ہے کہ اگر اسے کم مقدار میں لیا جائے تو یہ کھانا ہضم کرتا ہے اور اگر زیادہ مقدار میں لیا جائے تو بگاڑ پیدا کرتا ہے۔اگر اسے دودھ میں ڈالیں تو یہ پنیر نہیں بننے دیتا۔

رازی کا کہنا ہے کہ ناک میں اس کے عصارہ کا قطور منقی دماغ ہے۔مالقی نے لکھا ہے کہ اس کے غرغرہ سے دماغ سے بلغم کا انحدار ہوتا ہے۔

نمام

اسے سیسنبر بھی کہتے ہیں۔مقوی حرارت غریزی ہے۔ مڑوڑ کو فائدہ دیتا ہے۔ ریاح تحلیل کرتا ہے۔قلب میں بسرعت تفریح پیدا کرتا ہے۔اس کے جوشاندہ سے سر دھونے سے نسیان م زائل ہوتا ہے۔اگر اسے قابض دواؤں کے ساتھ استعمال کیا جائے تو خون کی قے بند کرتا ہے۔ادرار بول کرتا ہے۔اگر اسے پئیں یا لگائیں تو یہ حشرات خاص کر بھڑ کے کاٹے میں مفید ہے۔۴ گرام کی مقدار میں سکنجبین کے ساتھ استعمال کرنے سے دیدان، حب القرع اور مردہ جنین کو باہر نکالتا ہے۔حمام سے نکلنے کے بعد اگر اس کی مالش کریں تو سر اور داڑھی کے بالوں کو خوشبودار بناتا ہے۔

غلیظ کیموسات کے باعث دماغ میں لاحق سدوں اور نتھنوں کے سدوں کو فائدہ دیتا ہے۔فواق امتلائی کے لئے خاص کر شراب کے ساتھ اس کا استعمال مفید ہے۔

ابن سینا نے ادویہ قلبیہ میں لکھا ہے کہ نمام کی حرارت و یبوست کو روغن بنفشہ کے ذریعہ اگر اعتدال پر لے آئیں اور اس کی عطریت اور قوت نفوذ باقی رہے تو یہ روح دماغی کے مزاج کی تعدیل کرتا ہے۔لیکن اگر انسان کا مزاج بلغمی ہو تو پھر روغن بنفشہ کے ذریعہ نمام کی تعدیل کی ضرورت نہیں ہے۔ میں نے روح قلبی کے سلسلہ میں اس کے فعل کی افادیت کے بارے میں کبھی نہیں سنا، لیکن اس میں جو خواص پائے جاتے ہیں، ان کی وجہ سے خیال ہوتا ہے کہ اسے روح قلبی کے لئے بھی نافع ہونا چاہئے۔

نوم

نوم معتدل، حرارت غریزی کو قوت دیتی ہے اور عمر میں اضافہ کرتی ہے۔خصوصاً بوڑھوں کے لئے یہ زیادہ مفید ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ ہر قسم کی نیند ہضم کی اعانت کرتی ہے۔لیکن بائیں جانب سونا معدہ پر جگر کے احاطہ کے سبب زیادہ معاون ہوتا ہے۔دائیں جانب سونے سے بھی معدہ کی بلندی کے سبب غذا کے جلدی اترنے سے ہضم میں مدد ملتی ہے۔

چنار کے درخت کے نیچے سونا بدن اور حرارت غریزی کو قوت بخشتا ہے۔ اس کے برخلاف اخروٹ کے درخت کے نیچے سونے سے جسم میں زوال، دبلا پن اور ضعف لاحق ہوتا ہے اور رطب بلغمی مواد میں تجفیف پیدا ہوتی ہے۔

حرف الواو

ورق القنب

برگ قنب غم زائل کرنے کے سبب عمر بڑھاتے ہیں۔ ریاح اور نفخ تحلیل کرتے اور شدید تجفیف پیدا کرتے ہیں۔ معدہ کی رطوبت جذب کرتے اور پیٹ کے کیڑے مارتے ہیں۔ پتوں کے پانی کا سعوط دماغ کا تنقیہ کرتا ہے۔ برگ قنب قبض شکم کرتے، پیشاب لاتے اور عقل کم کرتے ہیں۔ اگر پتوں کو کوٹ کران کے پانی سے سر دھوئیں تو بالوں کی جڑ سے سر کی بھوسی ختم ہوتی ہے۔

بھنگ کے عصارہ کا قطور کان کے درد اور جذب رطوبت کے لئے نافع ہے۔ یہ زبان کی بندش کو کھولتا ہے اور بلغم وصفرا کو زائل کرتا ہے۔ اگر اس کے پتے زیادہ استعمال کئے جائیں تو منی خشک کرتے ہیں۔

صاحب جامع نے لکھا ہے کہ اس کی ایک قسم ہندی ہوتی ہے۔ میں نے اسے مصر کے علاوہ کسی دوسری جگہ نہیں دیکھا۔ یہ باغوں میں اگتی ہے۔ اس کو وہ لوگ حشیش کہتے ہیں۔ اسے اگر ۳ گرام یا ۶ گرام کھائیں تو یہ بہت نشہ آور ہوتی ہے۔ اور اگر اور زیادہ استعمال کیا جائے تو انسان بیوقوفی کی حد تک پہنچ جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے بعض لوگوں کی عقل خبط ہوگئی، وہ جنوں میں مبتلا ہو گئے یہاں تک کہ ہلاک ہو گئے۔

تمیمی کا بیان ہے کہ اس کے بیجوں کا تیل یعنی روغن تخم خشخاش کان کے ہر قسم کے بارد درد میں مفید ہے۔

سفیان اور ابن وافد نے لکھا ہے کہ اس کے خشک پتوں کو باریک کر کے سر کے اگلے حصہ پر چھڑ کنے سے بارد نزلات سے چھٹکارا ملتا ہے۔

عبداللہ ابن جبرئیل کا کہنا ہے کہ بھنگ کے پتوں کو بچوں کے سر کے نیچے رکھنے سے بچے ام الصبیان سے محفوظ رہتے ہیں۔

تخت کے نیچے اس کے پودے کی دھونی سے کھٹمل قریب نہیں آتے۔

ابن صوری نے لکھا ہے کہ شراب میں اس کے پتوں کا خیسانده بہت نشہ آور ہے۔

جالینوس کے مطابق اس کے پتوں اور تازہ بیجوں کا عصارہ اگر کان میں ڈالیں تو اس کے سدوں کو کھولتا ہے۔

صاحب مغنی نے کہا ہے کہ اگر اس کی زیادتی سے نقصان کا اندیشہ ہو تو روغن گاؤ اور گرم پانی سے فوراً قے میں جلدی کرنی چاہئے، یہاں تک کہ معدہ صاف ہو جائے۔ ایسے لوگوں کو اس کی اصلاح کے طور پر حماض پلانا خاص کر عرق گاؤ زباں اور عرق گلاب کے ساتھ بہت نفع مند ہے۔

صاحب اختیارات نے تحریر کیا ہے کہ اس کی ایک قسم تفریح ونشاط پیدا کرتی ہے۔ باہ کی خواہش اور قوت جماع بڑھاتی ہے اور دوسری قسم رنج وغم اور خیالات فاسدہ میں مبتلا کرتی ہے۔

مزاج: دوسرے درجہ میں حار اور پہلے درجہ میں یابس ہے۔ ابن ہبل نے لکھا ہے کہ بھنگ کے استعمال کی کثرت آنکھ میں تاریکی پیدا کرتی ہے۔ اس کی اصلاح کے لئے اسے خشخاش، بادام اور شکر کے ساتھ کھانا چاہئے۔

حرف الھا

ہال بوا

ہیل بوا اور خیر بوا بھی اس کے نام ہیں۔ یہ چھوٹی الائچی ہے۔ اسے مادہ اور بڑی الائچی کو نر کہا جاتا ہے۔ دونوں مقوی حرارت غریزی ہیں۔ ان کے پینے اور سعوط کرنے سے صرع کو فائدہ پہنچتا ہے۔ مقدار خوراک ۵ گرام ہے۔

بڑی الائچی بیر سے تھوڑی بڑی ہوتی ہے۔ اس میں ڈنٹھل اور چھلکے ہوتے ہیں۔ خوشبودار اور مٹیالے رنگ کی ہوتی ہے۔ یمن اور ہندوستان سے برآمد کی جاتی ہے۔ یہ چرپری

اور کبابہ کی طرح زبان کو چھیلتی ہے۔ اسی کے ساتھ اس میں قبض اور عطریت موجود ہوتی ہے۔اس کے چھلکوں اور ڈنٹھل میں قبض زیادہ پایا جاتا ہے۔ یہ دوسرے درجہ کے آخر میں حار دوا ہے۔

بڑی الا ئچی کی خوشبو بہت اچھی ہوتی ہے۔بعض لوگوں کو چھوٹی الا ئچی سے زیادہ خوش ذائقہ محسوس ہوتی ہے۔ تحلیل ،قبض اور تقویت کا عمل کرتی ہے۔ہضم کی اعانت کرتی ہے۔ متلی اور قے کو خاص کر اگر اسے ۴ گرام کی مقدار میں کھائیں فائدہ دیتی ہے۔

ایک بچے کو قے کی شکایت تھی اور کوئی علاج کارگر نہیں ہو رہا تھا ،میں نے اسے اگرام بڑی الا ئچی شربت لیموں کے ہمراہ تین دن استعمال کرائی۔ اس کے کھانے سے شکایت رفع ہو گئی۔

اگر اسے تخم خیارین کے ساتھ ہموزن مقدار میں استعمال کرائیں تو گردہ کی پتھری خارج کرتی ہے۔

سکنجبین کے ہمراہ ۵ گرام روزانہ استعمال کرنے سے صرع اور بیہوشی کو فائدہ ہوتا ہے۔

ریاح کے سبب سے عارض دردسر میں اسے ناک میں چھینکیں آنے تک پھونکنے سے دردسر رفع ہوتا ہے۔

مزاج: پہلے درجہ میں حار، دوسرے درجہ میں یابس۔

جہاں تک ہیل کا تعلق ہے وہ چھوٹی الا ئچی کو کہتے ہیں۔ یہ مادہ قسم ہے۔اس میں اور بڑی الا ئچی میں فرق یہ ہے کہ اس میں ڈنٹھل اور موٹے چھلکے نہیں ہوتے۔اس کے ذائقہ میں حرافت زیادہ اور قبض کم ہوتا ہے۔ یہ بڑی سے زیادہ لطیف ہوتی ہے۔

صدر، حلق اور معدہ سے رطوبت جذب کرتی ہے اور معین ہضم ہوتی ہے۔میں نے اپنے تجربہ میں اسہال اور بچوں کی قے میں بعض شربتوں کے ساتھ اسے بہت نمایاں طور پر مفید پایا ہے۔

صاحب منہاج نے لکھا ہے کہ قاقلہ صغیرہ یعنی چھوٹی الا ئچی کو شوشمیر بھی کہتے ہیں۔

مزاج: یہ بھی پہلے درجہ میں حار اور دوسرے درجہ میں یابس ہے۔

مقدار خوراک ۲ گرام

ہلیلج

قانون، ابو عبید اور احمر کے مطابق اہلیلجہ دوسرے لام کے زیر کے ساتھ ہے۔ شمر نے بھی اس کی تائید کی ہے۔ اور جیسا کہ فراء کا بیان ہے اسے ہلیلجہ نہیں کہا جائے گا۔

ہلیلہ عمر میں اضافہ کرتا ہے۔ غافقی نے لکھا ہے کہ اگر کوئی شخص ہلیلہ کابلی گٹھلی نکال کر روزانہ منہ میں اتنی دیر روکے کے وہ گھل جائے اور پھر اسے نگل لے اور اسے پابندی سے کرے تو یہ بڑھاپے کو بہت عرصہ تک روکتا ہے۔

اس کے علاوہ مسوڑھوں اور دانتوں کو مضبوط کرتا ہے۔ میرے دانت میں درد تھا اور کسی علاج سے آرام نہیں ہو رہا تھا میں نے مربی ہلیلہ استعمال کیا اور فوراً درد جاتا رہا۔

دماغ کو طاقت دیتا ہے، زیادہ پانی پینے کے نقصان کو رفع کرتا ہے۔ صفرا بجھاتا ہے۔ خفقان، جذام، توحش اور عظم طحال کو فائدہ دیتا ہے۔ خمل معدہ کو قوی کرتا ہے۔

ہلیلہ سیاہ مسہل سودا ہونے کے سبب رنگ صاف کرتا ہے۔ اسی طرح ہلیلہ کابلی مقوی دماغ و معدہ و جگر اور مسہل سودا و بلغم ہونے کی وجہ سے حواس، قوت حافظہ، ثقل دماغ اور استسقاء نافع ہے۔

ہلیلہ زرد صفرا اور قدرے بلغم کا اور ہلیلہ سیاہ سودا کا مسہل ہے اور بواسیر کو فائدہ دیتا ہے۔

اسرائیلی کا بیان ہے کہ خفقان قلب اور تصفیہ بدن میں یہ خاص منعفت رکھتا ہے۔

رازی نے لکھا ہے کہ ہلیلہ کی بہترین قسم وہ ہے جو پانی میں تہ نشین ہو جائے۔ یہ بطن سے ثقل کا اخراج کرتی ہے، رطوبت جذب کرتی ہے، حواس کو طاقت دیتی ہے، حافظہ اور ذہن کو تیز کرتی ہے اور جذام، قولنج، صداع، استسقا اور طحال کو فائدہ دیتی ہے۔

ہلیلہ سیاہ کا مربی مقوی و منقی معدہ ہے۔ غذا سے پیدا شدہ باقی ماندہ فضول رطوبت کو نچوڑ کر معدہ سے نکالتا ہے۔ اگر اسے پابندی سے کھایا جائے تو یہ بدن کا رنگ نکھارتا ہے اور بڑھاپے کو جلدی نہیں آنے دیتا ہے۔

معلوم ہونا چاہئے کہ ہلیلہ کو دس دن تک اتنے پانی میں ڈال کر چھوڑ دیں کہ پانی

اس سے اوپر رہے۔ یہاں تک کہ پانی اس کی قوت جذب کر لے۔اسی طرح اس کو خشک پھلوں کے خیسانده میں ایک روز یا اس سے کم وقت کے لئے ڈالیں۔استعمال کے اس طریقہ سے اس کی افادیت بڑھ جاتی ہے۔

مزاج: مسیحی نے بارد یابس پہلے درجہ میں لکھا ہے۔ یہ بھی کہا گیا ہے کہ اس کی یبوست دوسرے درجہ ہے۔

مقدار خوراک: باریک سفوف کی مقدار ۴ سے ۸ گرام اور جوشاندہ کی مقدار خوراک ۱۰ سے ۳۰ گرام ہے۔

ہواء معتدل

حرارت غریزی کو قوت دیتی ہے اور عمر میں اضافہ کرتی ہے۔یہ صاف اور خوشبو دار ہوتی ہے۔اس میں بخارات، دخانات اور گرد و غبار کی آمیزش نہیں ہوتی۔نہ یہ اس قدر ٹھنڈی ہوتی ہے کہ بدن میں اس سے پھریری پیدا ہو اور نہ اس قدر گرم کہ پسینہ آئے۔

طلوع آفتاب کے وقت حرارت کی طرف جلدی متغیر ہوتی ہے اور غروب آفتاب کے وقت پہلی حالت پر واپس آجاتی ہے۔ جب تک اس میں یہ خصوصیت باقی رہتی ہے وہ مزاجوں کی تعدیل کرتی ہے، بدنوں کو قوی کرتی ہے، اخلاط و ارواح کا تصفیہ کرتی ہے اور بہتر ہضم میں مددگار ہوتی ہے۔

لیکن اگر یہ اعتدال سے تجاوز کر کے حار، بارد، رطب یا یابس ہو جائے تو نقصان کا باعث بنتی ہے۔اور اگر ان تمام مزاجوں سے باہر نکل جائے تو پھر وبائی شکل اختیار کر لیتی ہے۔

علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے لکھا ہے کہ ہوا دوا کی طرح عمل کرتی ہے۔ چنانچہ بدن میں اس کا اثر اس طرح ہوتا ہے کہ اس کی صورت نوعیہ دوا کی طرح اپنی جگہ باقی رہتی ہے۔جبکہ غذا بدن میں اس طرح اثر کرتی ہے کہ اس کی صورت نوعیہ ختم ہو جاتی ہے اور وہ صورت عضویہ میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

واضح ہو کہ جالینوس اور اس کے متبعین کا کہنا ہے کہ روح ہواء مستنشق سے پیدا ہوتی ہے، وہ حرارت غریزی کی ترویح کرتی ہے اور اسے ٹھنڈا کرتی ہے، وہ بدن کی اصل حرارت یعنی حرارت غریزی سے حرارت کا اکتساب بھی کرتی ہے اور اس سے روح شریانوں میں نفوذ کر کے اعضاء تک پہنچتی ہے۔ یہ روح حیوانی ہوتی ہے۔ اس کا بہترین جز دماغ کی طرف صعود کر کے روح نفسانی میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اس کا وہ جزء جس میں زیادہ مقدار میں فضلات نہیں ہوتے ابہر نازل کی ایک شاخ میں نفوذ کر کے جگر کی جانب پہنچتا ہے اور روح طبعی کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ اسی کے ساتھ اوردہ بھی شرائن کے ذریعہ روح سے مستفید ہوتی ہیں کیونکہ ان میں سے بعض شرائن بعض اوردہ کی طرف نفوذ کرتی ہیں۔

اس کے برخلاف ابن سینا اور اس کے متبعین کا نظریہ یہ ہے کہ روح ایک جسم لطیف بخاری ہے۔ وہ اخلاط کی لطافت سے اسی طرح وجود میں آتی ہے، جیسے اخلاط کی کثافت سے اعضا کی تکوین ہوتی ہے۔ خون جب قلب کے بائیں بطن میں پہنچتا ہے اور نضج و لطافت حاصل کرتا ہے تو وہ لطیف بخاری جوہر بن جاتا ہے، یہی لطیف بخاری جوہر روح ہے، غذا کے ذریعہ اسے قوت حاصل ہوتی ہے اور غذا کی کمی یا غذا میسر نہ ہونے کی صورت میں یہ کمزور ہو جاتی ہے۔

ابن سینا کا کہنا ہے کہ اگر روح ہواء مستنشق سے پیدا ہوتی ہے جیسا کہ جالینوس کا خیال ہے تو عدم غذا کے سبب قویٰ پر ضعف طاری نہیں ہونا چاہئے۔ کیونکہ استنشاق کے ذریعہ روح کی مدد کا سلسلہ قائم ہے۔ اور جب روح باقی ہے تو قویٰ کو بھی باقی رہنا چاہئے، کیونکہ روح قویٰ کا محل ہے۔ اور جب محل قوی ہوگا تو اس میں موجود صورت یا کیفیت بھی قوی ہوگی۔ لیکن ہوا روح کا منفذ ہے اور سارے اعضاء کی طرف پھیلتی ہے جس طرح کہ پانی غذا کے لیے منفذ ہے۔

وہ لوگ ہوا سے روح کے پیدا ہونے کی یہ دلیل پیش کرتے ہیں کہ اگر ایک مدت تک سانس رک جائے تو انسان ہلاک ہو جاتا ہے۔ اس ہلاکت کا سبب روح کے انعدام کے سوا کوئی دوسرا نہیں ہوتا اور روح کا انعدام مادہ کے انعدام کی وجہ سے واقع ہوتا ہے اور وہ مادہ ہوا ہے۔

اس دلیل کا جواب یہ ہے کہ روح بہت حار ہوتی ہے جب اس تک ہوا پہنچنی بند ہو جاتی ہے جو اس میں برودت پیدا کرنے کا ذریعہ تھی تو روح کے مزاج کی حرارت اور زیادہ بڑھ جاتی ہے اور اس میں احراق پیدا ہو جاتا ہے، اور روح کی حیوانیت کی استعداد سے محرومی کے باعث انسان ہلاک ہو جاتا ہے۔ لہذا انسان کی ہلاکت ''مدد'' ہٹنے کی وجہ سے نہیں بلکہ ''مصلح'' کے ہٹنے کی وجہ سے واقع ہوتی ہے۔

واضح ہو کہ قرآن میں جس روح کا تذکرہ ہوا ہے، اس سے یہ روح مراد نہیں ہے۔ بلکہ اس سے مراد ''نفس'' یعنی جان ہے، جس کا اس روح کی تکوین کے بعد بدن پر فیضان ہوتا ہے۔ لہذا نفس سے اس معنی میں ہماری مراد روح ہے۔ یہ مختلف اعتبار سے مختلف ہوتی ہے اس لئے کہ جوہر مدرک کو بدن سے تعلق اور اس میں تدبیر کے اعتبار سے نفس کہا جاتا ہے اور عالم قدس اور اس کے درجات کے لحاظ سے اسے روح کہتے ہیں۔

حرف الیاء

یاقوت

مقوی حرارت غریزی ہے۔ صاحب منہاج نے وسواس سوداوی، خفقان اور ضعف قلب میں اسے مفید بتایا ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے اس کا داخلی استعمال اور اس کی تعلیق تفریح قلب میں مجرب ہے۔ ارسطو اور رازی کے مطابق جو شخص اس کی انگوٹھی یا اس کا ہار پہنتا ہے لوگوں کی نگاہوں میں وہ معزز و مفتخر ہوتا ہے۔ اس کی حاجتیں آسانی سے پوری ہوتی ہیں اور وہ وبا اور طاعون سے محفوظ رہتا ہے۔ اس کے کھانے کے بھی یہی خواص ہیں۔ نظامی عروضی سمرقندی نے کہا ہے۔

دل راست کن از بلا میندیش   یاقوت   خور از و   بامیندیش

صاحب نہایہ شریف نے تحریر کیا ہے کہ مردوں اور عورتوں میں سے جو اسے پہنتا ہے وہ صرع سے محفوظ رہتا ہے، یہ اس کی بے مثل خاصیت ہے۔

صاحب جامع کا بیان ہے کہ یاقوت سرخ، زرد، سرمئی تین قسم کا ہوتا ہے ان میں

احمر سب سے اعلیٰ قسم ہے۔ اسے اگر آگ میں پھونکیں تو اس کی سرخی اور خوبصورتی اور بڑھ جاتی ہے۔ اگر اس میں تیز سرخ دھبہ موجود ہو تو آگ میں داخل کرنے پر وہ پھیل جاتا ہے اور اس کی سرخی اور خوبصورتی میں نکھار پیدا ہوتا ہے۔ لیکن اگر اس میں سیاہ دھبہ ہو تو اس کی سیاہی کم ہو جاتی ہے۔

زرد قسم سرخ کے مقابلہ میں آگ کم برداشت کرتی ہے۔ اور سرمئی قسم آگ بالکل برداشت نہیں کرتی۔

صاحب تذکرہ نے لکھا ہے کہ یاقوت کی ایک قسم ''عین الہر'' کو اگر کوئی شخص اپنے ہاتھ میں لے کر غضبناک آدمی کے سینہ کے قریب کرے تو اس کا غصہ ٹھنڈا ہوتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ یاقوت کی تعلیق خون جمنے کو روکتی ہے۔

ابن سینا نے لکھا کہ اس کا مزاج معتدل ہونا چاہئے۔ تفریح وتقویت قلب اور مدافعت سموم کی اس میں بڑی خاصیت پائی جاتی ہے۔ خیال ہوتا ہے کہ یہ خاصیت اس کے جرم پر منحصر نہیں ہے بلکہ یہ اس پر اسی طرح فائض ہے جیسے اس کا فیضان مقناطیس پر ہے اور وہ دور سے لوہے کو کھینچتا ہے۔ اور یہ جو متقدمین نے اس کی تفریح اور خاص کر منہ میں رکھنے پر اس کے اثر کے بارے میں شہادت دی ہے وہ اس بات کی دلیل ہے کہ تفریح پیدا کرنے میں وہ نہ جوہر کے استحالہ اور ذاتی اعراض پر منحصر ہے، اور نہ منفعل کے چھونے اور مس کرنے کا محتاج ہے۔ بلکہ اس کی قوت تفریح اس پر فائض کی گئی ہے۔ یہ ضرور ہے کہ اجسام میں فعل کرنے والے دوسرے تمام خواص کی طرح اس کے فعل کو تسخین سے مدد ملتی اور قوت حاصل ہوتی ہے۔ یہ بھی خیال ہوتا ہے کہ اس میں جو چمکدار تنویر اور جو اعتدال مزاج پایا جاتا ہے وہ بھی اس خاصیت کے ظہور میں اعانت کرتا ہے۔

محمود بن الیاس نے لکھا ہے کہ اس میں تفریح وتقویت قلب اور مضر زہروں سے مقابلہ کی عجیب خاصیت پائی جاتی ہے۔ اور یہ کہنا ممکن نہیں ہے کہ یاقوت اپنی صورت نوعیہ میں حرارت غریزی سے منفعل ہونے کے بعد پھر اپنا فعل صادر کرتا ہے۔ دراصل اس کا جوہر جیسا کہ ظاہر ہوتا ہے انفعال سے بعید جوہر ہے اسی لئے یہ ممکن ہے کہ اس کا فعل جوہر میں غیر مؤثر ہو۔

مقصد سوم

حرارت غریزی کو ضعیف اور کم کرنے والی چیزیں

حرارت غریزی کو ضعیف کرنے والی اشیا میں غم وہم ہیں۔ ان دونوں کے فرق کے بارے میں علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے لکھا ہے کہ غم ایک نفسانی کیفیت ہے، جس میں روح اذیت ونقصان کے ڈر سے بدن کے اندر کی طرف داخل ہوتی ہے۔ اور ہم وہ نفسانی کیفیت ہے جس میں روح اور حرارت غریزی نفع ونقصان کے انتظار میں بدن کے اندر اور باہر دونوں جانب حرکت کرتی ہے۔ چنانچہ وہ خوف اور امید سے مرکب ہوتی ہے۔ ان میں سے جس کیفیت کا فکر پر غلبہ ہوتا ہے نفس کی حرکت اسی جانب ہو جاتی ہے۔ اگر امید اور بہتری غالب ہے تو وہ بدن کے باہر کی طرف حرکت کرتی ہے۔ اور اگر ڈر اور نقصان کا اندیشہ غالب ہے تو وہ بدن کے اندر حرکت کرتی ہے۔ اسی لئے ''ہم'' کے واسطے کہا گیا ہے کہ وہ ایک ''فکری جہاد'' ہے۔ دونوں نہ صرف حرارت غریزی کے ضعف کا باعث ہیں بلکہ ان سے دوسری قوتوں کے ضعف میں بھی دیر نہیں لگتی ہے۔ تصورات وہمیہ کے سبب روح کے متغیر ہونے اور طبعیت کے تدبیر بدن میں مشغول ہونے کی وجہ سے غم وہم سے حرارت غریزی میں کمزوری پیدا ہوتی ہے۔

میں نے بہت سے اطبا سے سنا ہے کہ بدن میں غم کی مضرت زہر کی مضرت سے زیادہ جلدی اور زیادہ تیز اثر کرتی ہے۔ اس لئے کہ غم کا ضرر فوراً شروع ہوتا ہے اور زہر کا اثر کچھ وقت لیتا ہے۔ پھر زہر کا علاج اور اس سے احتراز غم کے علاج اور احتراز سے سہل ہے۔
صاحب الحاوی محمود بن الیاس نے لکھا ہے کہ غم قلب کو کمزور کرتا ہے اور اس کے ذو اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ایک ضعف قوت طبعیہ، یہ اسبابِ غم سے طبعیت کے اضطراب کے باعث کثرت تحلل اور حرارت غریبہ کے تسلط کی بناء پر واقع ہوتا ہے۔ دوسرے تکاثفِ روح، جو برودت کے سبب واقع ہوتا ہے۔ یہ برودت اختقان روح اور شدت انقباض کے باعث حرارت غریزی کے بجھنے سے پیدا ہوتی ہے۔

ابن ہبل کا بیان ہے کہ غم وہم مفاصل کو کمزور کرتے ہیں اور بڑھاپا جلدی لاتے ہیں۔

صاحب کشاف نے اللہ تعالیٰ کے اس قول ''یوما یجعل الولدان شیبا'' کی تفسیر میں تحریر کیا ہے کہ رنج وغم کا انسان پر یہ اثر ہوتا ہے کہ وہ جلدی بوڑھا ہوجاتا ہے۔

ابوطیب نے کہا ہے کہ ''ہم'' انسان کو ہلاک کرتا ہے۔ بچہ کی پیشانی کے بال سفید کرتا ہے اور بوڑھا بنا دیتا ہے۔ کہا گیا ہے کہ اگر غم وہم نہ ہوتے تو ہر شخص عمر طبعی پر پہنچتا۔ اور عمر طبعی کی مدت ۱۲۰ برس ہے۔ اسی کے ساتھ یہ بھی ضروری ہے کہ کوئی بیرونی فساد پیدا کرنے والی چیز لاحق نہ ہو۔ اور وہ تین چیزیں ہیں ایک استفراغ روح، دوسرے اختناق روح اور تیسرے جوہر یا کیفیت کے لحاظ سے بگاڑ۔

حرارت غریزی کو کمزور کرنے والے اسباب میں خوف اور حزن بھی ہیں۔ ان دونوں کا بھی وہی اثر ہوتا ہے جو غم کے تحت لکھا گیا ہے۔ غم اور حزن میں یہ فرق ہے کہ غم میں ملال کی صورت یہ ہوتی ہے کہ اس میں بعد میں کسی چیز کا اندیشہ محسوس نہیں ہوتا۔ جب کہ حزن میں رنج دہ واقعہ کے بعد کسی چیز کے رونما ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

صاحب کشاف نے اس آیت ''ولا تخافی ولا تحزنی'' کی تفسیر میں لکھا ہے کہ اگر کوئی خوف اور حزن کے درمیان فرق معلوم کرنا چاہے تو وہ یہ ہے کہ خوف ایسا غم ہے جو متوقع صورت حال کے باعث انسان کو لاحق ہوتا ہے اور حزن ایسا غم ہے جو سانحہ کے وقوع کے بعد طاری ہوتا ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں 'فرح مفرط' بہت زیادہ خوشی بھی ہے۔ خوشی ایک ایسی نفسانی کیفیت ہے جس میں روح لذت وصول کرنے کی خاطر بیرون بدن حرکت کرتی ہے۔ اس میں نفس لذت حاصل کرنا چاہتا ہے، قلب میں انبساط پیدا ہوتا ہے اور روح اور حرارت غریزی ظاہر بدن کی طرف حرکت کرتی ہے، جس سے ضعف حرارت غریزی کے علاوہ غشی اور موت لاحق ہوسکتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں 'غضب مفرط' بہت زیادہ غصہ بھی ہے۔ غضب وہ نفسانی کیفیت ہے جس میں انتقام لینے کی خاطر روح کی حرکت خارج بدن کی طرف ہوتی ہے اور

اس سے حرارت غریزی کمزور ہوتی ہے۔ چونکہ اس میں روح کی حرکت باہر کی طرف دفعۃً واقع ہوتی ہے اور یہ امر قلب کے خون کے جوش وغلیان اور قوی التہاب کے بغیر ممکن نہیں۔ روح کا دفعۃً باہر اخراج امر موذی کو دفع کرنے اور اس پر غلبہ پانے کی خاطر ہوتا ہے۔ اس کے نتیجہ میں روح اور حرارت بالکل اسی طرح تحلیل ہوتی ہے جیسے وہ فرح مفرط میں عدم استرخاء کی بناء پر تحلیل ہوتی ہے۔

قرشی کا کہنا ہے کہ غضب کے ساتھ ہلاکت کم ہوتی ہے، اس لئے کہ وہ مغضوب کے جذبہ انتقام کی صورت میں باہر نکلتی ہے، مگر یہ فعل ضعف قوت کے ساتھ انجام نہیں دیا جاسکتا اور ضعف قوت میں چونکہ غشی لازم ہے اس لئے وہ موت پر غالب آجاتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں خوف اور ڈر ہے اس لئے کہ خوف اور ڈر کے وقت روح باطن میں جمع ہوجاتی اور رک جاتی ہے۔ روح اور حرارت غریزی کی رکاوٹ اور احتقان کے بڑھنے کا نتیجہ اچانک موت کی شکل میں رونما ہوتا ہے۔ احتقان کی کمی کے وقت حرارت غریزی میں کمزوری پیدا ہوتی ہے۔

انہی اسباب میں خجالت اور شرمندگی ہے۔ اس میں روح کی حرکت پہلے بدن کے اندر کی طرف پھر باہر کی طرف ہوتی ہے۔ خجالت اور ''ہم'' کے درمیان فرق یہ ہے کہ اگر روح پہلے پہل باہر کی طرف حرکت کرے اور پھر اس کی حرکت اندر کی طرف ہو تو وہ ''ہم'' ہے اور اس کے برعکس خجالت ہے۔

علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے لکھا ہے کہ عوارض نفسانیہ جو روح کی حرکت کے متقاضی ہوتے ہیں وہ چھ ہیں۔

۱۔ اگر روح کی حرکت داخل بدن کی طرف اچانک ہوتی ہے تو وہ جزع وفزع یعنی خوف وڈر ہے۔

۲۔ اگر روح کی حرکت داخل بدن کی طرف بتدریج ہوتی ہے تو وہ غم ہے۔

۳۔ اگر روح کی حرکت خارج بدن کی طرف اچانک ہوتی ہے تو وہ غضب ہے۔

۴۔ اگر روح کی حرکت خارج بدن کی طرف آہستہ آہستہ ہوتی ہے تو وہ فرح ہے۔

۵۔ اگر روح کی حرکت دونوں طرف ہوتی ہے تو اس صورت میں اگر وہ پہلے بدن کے اندر سے باہر کی طرف اور پھر بعد میں باہر سے اندر کی طرف حرکت کرتی ہے تو وہ ''ہم''، یعنی رنج و غم ہے۔

۶۔ اگر اس کے برعکس واقع ہو تو وہ خجالت ہے۔

انہی اسبابمصعفہ میں طمع ہے اس لئے کہ وہ شرمندگی کا موجب ہوتا ہے اور شرمندگی حرارت غریزی اور عمر کی کمی کا باعث ہے۔ روایت میں ہے کہ جو لالچ کم کرتا ہے اس کا بدن تندرست اور اس کا قلب صاف رہتا ہے اور جو طمع زیادہ کرتا ہے اس کا بدن بیمار اور اس کا قلب پراگندہ ہوتا ہے۔ حضرت علی کا قول ہے کہ طمع مرض، سوال قریب المرگی اور محرومی موت ہے۔

بعض حکما نے کہا ہے کہ لالچ سے بچو لالچی کو مجالس میں اور لوگوں کی نگاہ میں ذلت و رسوائی کے سوا کچھ ہاتھ نہیں آتا ہے۔

بگذر ز طمع کہ آفت جان و دلست | طامع ہمہ جا وز ہمہ کس منفعلست

طمع اور عدل کا ایک ساتھ جمع ہونا ممکن نہیں ہے۔ اس کا علاج قناعت ہے۔ آنحضرت نے فرمایا ہے کہ قناعت ایسا خزانہ ہے جو ختم نہیں ہوتا۔

انہی اسباب میں مسائل دنیا کی فکر اور مشقت کی زیادتی ہے۔ اس لئے کہ فکر اور مشقت کے باعث رنج و غم پیدا ہوتا ہے اور یہ دونوں حرارت غریزی کو کمزور کرنے والی ہیں۔

آنحضرت نے فرمایا ہے کہ دنیا سے بے نیازی قلب و بدن کے لئے ترویح کا اور دنیا کی طرف رغبت رنج و غم اور جنون کا سبب ہے۔ نیز فرمایا جب اللہ تعالیٰ اپنے بندہ سے محبت کرتا ہے تو اسے دنیا سے اس طرح بے پروا کر دیتا ہے جیسے مریض کھانے پینے سے بے پروا ہو جاتا ہے اور پرہیز کرتا ہے۔

حضرت علی کا قول ہے فکر اور مشقت کی کمی سے عمر لمبی ہوتی ہے۔

سقراط نے لکھا ہے کہ طالب دنیا کی عمر کم اور فکر و پریشانی زیادہ ہوتی ہے۔ دونوں حالتوں میں رنج و غم سے خالی نہیں ہوتا۔ اس بات کا رنج کہ جو ضائع ہو گیا ہے اسے کیسے حاصل کیا جائے اور اس امر کا رنج کہ جو حاصل ہے وہ چھن نہ جائے، پھر محفوظ بھی رہے تو

مرنے کے بعد دوسرے کے پاس جانے کا صدمہ۔

انہی اسباب میں بخل ہے۔ اس لئے کہ بخیل ضرورت کے مطابق نہ کھاتا ہے نہ پہنتا ہے، جس سے حرارت غریزی کمزور ہوتی ہے۔ بخل حسد سے زیادہ ضرررساں ہے۔ اور کہا گیا ہے کہ یہ حسد بھی پیدا کرتا ہے۔

آنحضرت نے فرمایا ہے کہ بخل سے بڑا کوئی مرض نہیں ہے۔ یہ بھی اشاد ہے کہ جس نے اپنے ہاتھ کو مخلوق پر پھیلایا وہ ہمیشہ کے لئے نعمتوں سے مالا مال ہوا۔ بعض حکما نے کہا ہے جس نے پیسہ سے محبت کی وہ ذلیل ہوا۔

میں کہتا ہوں کہ سخی عام لوگوں کی نگاہوں میں محبوب ہوتا ہے خواہ اس کی سخاوت کا اثر ان تک نہ پہنچا ہو۔ اور بخیل عام لوگوں کی نظروں میں ذلیل وخوار ہوتا ہے اگر چہ اس کے بخل سے ان لوگوں کو نقصان نہ ہوا ہو۔ اس کے لئے حاتم کی مثال کافی ہے، جو بھی اس کا نام سنتا ہے، اس کی سخاوت کی تعریف کرتا ہے۔ جب کہ اس کی وفات کو ایک ہزار برس سے زیادہ عرصہ گزر چکا ہے۔ اور جو ماذر کا نام سنتا ہے وہ اس کی کنجوسی اور بخل کے سبب اس پر لعنت بھیجتا ہے۔

ایک حکیم سے پوچھا گیا کہ وہ کونسا عیب ہے جو سارے فضائل کو چھپا دیتا ہے کہا بخل۔ پھر سوال کیا گیا کہ وہ کونسی خوبی ہے جو سارے عیبوں کو ڈھانک دیتی ہے کہا سخاوت۔

انہی اسباب میں حسد ہے۔ یہ حرارت غریزی کو بجھاتا ہے اور عمر کم کرتا ہے۔ دینی ودنیوں دونوں لحاظ سے اس کے بہت نقصانات ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہر شخص کو اس کے حساب سے دیتا ہے اور کسی کے ساتھ قطعا کوئی زیادتی نہیں کرتا۔

انہی اسباب میں سے میت، دشمن، خراب منظر، احمق، مریض اور بہت بوڑھوں کو دیکھنا ہے۔ اسی طرح ان لوگوں کو دیکھنا جن سے طبیعت کو تنفر ہوتا ہے۔ تنفر کے باعث اذیت اور انقباض محسوس ہوتا ہے اور طبیعت بدن میں پورے طور پر تصرف نہیں کرتی، جس کے نتیجہ میں اخلاطِ بدن میں فساد پیدا ہوتا ہے جو حرارت غریزی کے ضعف کا سبب بنتا ہے۔

انہی اسباب میں بری اور بوڑھی عورتوں سے ملنا ہے۔ اس سے بالخاصیت بدن میں کمزوری واقع ہوتی ہے۔ لقمان نے اپنے بیٹے کو وصیت کی تھی کہ بوڑھی عورت سے بچو وہ

تمہیں بڑھاپے سے پہلے بوڑھا بنادے گی۔

انہی اسباب میں کھانے کی کثرت ہے۔ہاضمہ کھانے کی زیادتی کے باعث ہضم سے عاجز آجاتا ہے۔جس کی بناء پر معدہ میں فساد لاحق ہوتا ہے جوحرارت غریزی کے نقصان اور کمی کا موجب بنتا ہے۔

انہی اسباب میں تاریکی اور اندھیرا ہے،اندھیرے کی وجہ سے طبیعت کھانے کی طرف اس طرح متوجہ نہیں ہوتی جس طرح سے کہ اسے متوجہ ہونا چاہے۔اس کے نتیجہ میں جو کچھ معدہ میں ہوتا ہے اس میں بگاڑ اور خرابی پیدا ہو جاتی ہے۔علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے کہا ہے کہ تاریکی جہاں موجب وحشت ہے وہاں وہ مضعف حرارت غریزی بھی ہے۔

انہی اسباب میں جلا ہوا، بہت گرم یا بہت روغنی کھانا بھی ہے۔جلا ہوا کھانا بدن کا تغذیہ نہیں کرتا ہے۔اور بہت گرم اور روغنی کھانے معدہ کو کمزور کرتے ہیں اور یہ ضعف موجب امراض ہوتا ہے۔

انہی اسباب میں بینگن، باقلا،مسور،سوکھا گوشت اور گھوڑے کا گوشت ہے۔

انہی اسباب میں پانی پینے کی کثرت ہے۔اس لئے کہ اس کی زیادتی غذا کو متاثر اور ہضم کو ضعیف کرتی ہے اور معدہ میں تبرید پیدا کر کے اس کا فعل باطل کرتی ہے جو حرارت غریزی کے نقصان کا موجب ہوتا ہے۔اسی طرح نشہ آور شراب کی زیادتی روح وحرارت غریزی کے اختناق کا باعث بنتی ہے۔جیسا کہ گذشتہ صفحات میں ذکر کیا گیا ہے۔

انہی اسباب میں جوع مفرط ،بھوک کی شدت ہے۔آملی نے کہا ہے کہ صحت کی حفاظت کرنے والے کے لئے ضروری ہے کہ وہ کھانے میں اعتدال سے کام لے اس حیثیت سے کہ بہت بھوک کے وقت وہ اتنا نہ کھالے کہ کھانے کی کثرت اس کے واسطے موجب اذیت بنے،اس لئے کہ ہر زیادتی مضر ہے۔اسی طرح اس کی برعکس صورت ہے۔زیادہ مقدار میں دفعتہً معدہ میں غذا کا دخول بہت برا ہوتا ہے، کیونکہ وہ مجاری کی تنگی ،قویٰ کے ضعف اور حرارت کے بجھاؤ کے سبب غذا کی کثیر مقدار کو برداشت کرنے کی قدرت نہیں رکھتا۔قحط کے بعد بکثرت اموات کے وقوع کا یہی سبب ہوتا ہے۔اس سے معلوم ہوتا ہے کہ تمام امور

میں زیادتی اور کمی کا باعث مضرت ہے۔

انہی اسباب میں بھوک کے بعد تکان ہے۔ بقراط نے کہا ہے کہ جب انسان بھوکا ہو تو اسے تکان سے بچنا چاہئے۔ قرشی نے لکھا کہ جس طرح بدن کا تغذیہ رطوبات کم کئے بغیر مناسب نہیں ہے، اسی طرح تغذیہ کے بغیر رطوبتوں کو کم کرنے کی بھی اجازت نہیں ہے جیسے کہ بھوک کی شکل میں تھکنا نہیں چاہئے کیونکہ اعضا رطوبات سے خالی ہیں، تکان سے ان میں تجفیف پیدا ہوگی۔ بغیر تکان والے استفراغات سے بھی اس موقع پر بچنے کی ہدایت کی گئی ہے، اس سے حرارت غریزی کمزور ہوتی ہے۔ رازی نے کہا ہے کہ اس سے بڑھاپا جلدی آتا ہے اور لاغری اور ذبول پیدا ہوتا ہے۔

انہی اسباب میں ترش چیزوں کا کثرت سے استعمال ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ کھٹی چیزوں کی زیادتی بڑھاپے کو جلدی دعوت دیتی ہے۔ اس لئے کہ ان کا مزاج یابس اور خون کا مزاج رطب ہے۔ لہٰذا حرارت غریزی کے کم تغذیہ کی وجہ سے بدن ضعیف ہوتا ہے اور ان کے مزاج کی یبوست کی بنا پر اعضاء میں تجفیف پیدا ہوتی ہے۔ اور ان سے ایسا خون نہیں بنتا جو اعضاء میں ترطیب پیدا کرے۔ نیز یہ اعصاب کو اپنی برودت کے سبب بھی نقصان پہنچاتی ہیں۔

اسی طرح نمکین اور چرپری چیزوں کا کثرت سے استعمال ہے۔ رازی نے لکھا ہے کہ ان کی زیادتی بدن کو لاغر کرتی ہے۔ ابن ہبل کا بیان ہے کہ نمکین چیزیں معدہ اور آنکھوں کے لئے مضر ہیں اور چرپری چیزیں بڑھاپا جلدی لاتی ہیں۔

انہی اسباب میں بازار کا کھانا ہے کیونکہ وہ گندگی اور بے توجہی اور غلفت کے سبب باعث مرض ہوتا ہے، پھر اس میں برکت بھی نہیں ہوتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں بہت زیادہ جماع کی کثرت ہے۔ اس سے غذا کے جوہر اخیر کے استفراغ سے قوت ساقط ہوتی ہے۔ اور روح حیوانی ونفسانی کا استفراغ ہوتا ہے۔

محمود بن الیاس نے کہا ہے کہ مباشرت بدن کے خاص اور بہترین مادہ کو باہر نکالتی ہے اور قوت کو کمزور کرتی ہے۔ محمد بن زکریا رازی کے مطابق باہ کی کثرت حرارت غریزی کو بجھاتی اور حرارت غریبہ کو پھیلاتی ہے۔ اس سے طبعی افعال میں ضعف واقع ہوتا ہے اور

طبیعت سے خارج افعال زور پکڑتے ہیں، قوت ساقط ہوتی ہے، نشاط کم ہوتا ہے، حرکات بوجھل ہوتے ہیں، عوارضات کا اثر جلدی ہوتا ہے، معدہ وجگر ضعیف ہوتے ہیں، بدہضمی، فساد مزاج اور اعضاء اصلیہ میں یبوست لاحق ہوتی ہے، بڑھاپا تیزی سے آتا ہے، ذبول پیدا ہوتا ہے، گوشت اور خون کم ہوتا ہے، بدن کا رنگ ماند پڑتا ہے، نبض ضعیف ہوتی ہے، دماغ میں یبوست لاحق ہوتی ہے، اعصاب کو نقصان پہنچتا ہے، رعشہ شروع ہوتا ہے، حرکات کمزور ہوتے ہیں، صدر، پھیپھڑے اور گردہ کو نقصان پہنچتا ہے اور ان میں ہزال پیدا ہوتا ہے، شراسیف کے نیچے طبعی طور پر جو نفخ کی کیفیت ہوتی ہے اس نفخ اور قراقر میں دقت واقع ہوتی ہے، خاص طور پر اگر پیٹ کھانے سے بھرا ہوا ہو۔

مباشرت کی کثرت آنکھوں کو بہت نقصان پہنچاتی ہے۔ مادہ منی کا زیادہ اخراج آنکھ کے لئے خاص طور پر مضر ہوتا ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ جماع کی زیادتی آنکھ کے لئے سب سے زیادہ ضرر کا باعث ہے۔ اسی طرح شراب کی کثرت، نشہ، امتلاء طعام اور بھرے پیٹ سونے کا آنکھ پر اثر ہوتا ہے۔

بقراط کا بیان ہے کہ کثرت مجامعت سے ابرو، پلک اور سر کے بال کم ہوجاتے ہیں، اس لئے کہ ان کا مادہ حرارت غریزی ہے۔ اور داڑھی اور بدن کے دوسرے حصوں کے بال لمبے اور زیادہ ہوجاتے ہیں، اس لئے کہ ان کا مادہ حرارت غریبہ ہے۔ عقل اور عمر کم ہوجاتی ہے، بدن دبلا ہوجاتا ہے اور آنکھ بہت کمزور ہوجاتی ہے۔ اسی لئے کہا گیا ہے کہ اس کی زیادتی سے نوجوان لڑکے کا چہرہ بدصورت ہوجاتا ہے اور اس کی داڑھی جلدی نکل آتی ہے۔

جالینوس نے کہا ہے کہ بوڑھوں اور نحیف لوگوں کو کثرت مجامعت سے پوری طرح بچنا چاہیئے، وہ ان کے لئے مہلک ہے۔ میں نے ایسے ہی ایک شخص کو دیکھا کہ وہ جماع کے بعد اچانک مرگیا۔ جالینوس کا کہنا ہے کہ "منی تمہاری زندگی، تمہاری آنکھوں کی روشنی اور تمہاری پنڈلیوں کا گودا ہے۔ اگر تم چاہو تو انہیں بڑھاؤ اگر تم چاہو تو انہیں گھٹاؤ"۔ اس نے کہا ہے کہ معدہ کے لئے جماع سب سے زیادہ مضر اور اس کا ترک اس کے لئے سب سے زیادہ نفع مند ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں غیر عورتوں اور لڑکوں سے جنسی تعلق اور استمنا بالید ہے۔ یہ غم کا موجب ہوتے ہیں اور ان سے انتشار اور شہوت میں کمی آتی ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ جماع میں کثرت نہیں کرنی چاہئے وہ آب حیات ہے جو ارحام میں جان ڈالتا ہے۔ قرشی کا کہنا ہے کہ اس سے ابن سینا کی مراد جماع کی بہت زیادہ کثرت سے ہے۔ جہاں تک بالکل ترک کا تعلق ہے تو وہ بعض اوقات معدہ اور دوسرے اعضاء کے لئے سخت نقصان کا باعث ہوتا ہے۔ اس لئے کہ جماع کے ذریعہ جو چیز خارج ہوتی ہے اس کے رک جانے سے بدن غذا کی قبولیت سے کراہت محسوس کرتا ہے۔

جماع کی کثرت روح کے شدید استفراغ کا باعث ہوتی ہے جس کی بناء پر اس سے تمام اعضاء کو نقصان پہنچتا ہے۔ خاص طور پر معدہ کے لئے یہ بہت مضر ہوتا ہے کیونکہ معدہ کو زیادہ روح کی احتیاج ہوتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں انزال کے بعد محبوبہ سے بر بنائے رغبت و شیفتگی حرکات شوق جاری رکھنا ہے۔ اس لئے کہ یہ طبیعت کے اقتضا کے خلاف ہے۔ طبیعت انزال سے قبل کی حرکات سے لذت محسوس کرتی ہے اور اس سے ضرر لاحق نہیں ہوتا ہے۔ لیکن انزال کے بعد کی حرکات اس کے لئے ناپسندیدہ ہوتی ہیں۔ حیوانات میں سے 'نسان' نامی پرندہ کے سوا کوئی اس کا ارتکاب نہیں کرتا۔ یہ صحبت و حرکت اوپری طور پر اظہار شوق سے تعلق رکھتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں حمام میں دیر تک ٹھیرنا ہے۔ ایلاقی نے لکھا ہے کہ حمام کے نقصانات میں سے اعضاء ضعیفہ کی طرف فضول مواد کا بآسانی انصباب، بدن کا ڈھیلا پن، ضرر اعصاب، تحلل حرارت غریزی، سقوط خواہش طعام وباہ، ظہور بخار، تسخین وضعف قلب جس سے ناک کے ذریعہ گرم ہوا اندر پہنچنے کی وجہ سے غشی، قے اور متلی کی نوبت آجاتی ہے۔

سدیدی کا قول ہے کہ حمام سودا خاص کر مراقی کے لئے سب سے نفع مند اشیاء میں ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس سے ترطیب، تنویم اور حرارت غریزی میں برانگیختگی پید[ا] ہوتی ہے اور سوداوی بخارات تحلیل ہوتے ہیں۔

حمام کرنے والے کو چاہئے کہ محبت کرنے اور چاہنے والے احباب کی ہم نشینی

اختیار کرے اور حمام کی ہوا کو دل پسند بارد خوشبودار اشیاء سے معطر اور خوش گوار بنائے۔ علامہ نے کہا ہے کہ تلووں کے سہلانے سے سر اور آنکھوں کے درد کو فائدہ ہوتا ہے۔ اس لئے کہ اس طرح مواد اوپر سے نیچے جذب ہوتے ہیں۔ پیروں اور پنڈلیوں کی تکان رفع ہوتی ہے اور سانس میں سہولت پیدا ہوتی ہے۔

حمام میں ایک گھنٹہ یا دو گھنٹہ سے زیادہ نہیں ٹھیرنا چاہئے، سوائے ضرورت کہ جیسا کہ استسقاء میں ضرورت دامنگیر ہوتی ہے۔ کہا گیا ہے کہ جب تک جلد خوش گواری محسوس کرے تو سمجھنا چاہئے کہ زیادتی نہیں ہوئی ہے۔ لیکن اگر بدن ٹھنڈک کی وجہ سے بےچینی اور پژمردگی محسوس کرے تو یہ افراط کو ظاہر کرتا ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں بہت تاریک اور اندھیرے گھروں کی رہائش ہے۔ جن کی دیواریں بھی سیاہ ہوں، کیونکہ اس سے روح اور حواس میں توحش پیدا ہوتا ہے۔ اور یہ توحش امراض کا سبب بنتا ہے۔ میں نے اندھیرے گھر میں رہنے والے ایک مریض کو دیکھا تو اسے ایک کشادہ سفید پُتی دیواروں کے مکان میں منتقل ہونے کی ہدایت کی اور وہ اسی دن سے ٹھیک ہوتا گیا۔

بہترین مکان وہ ہے جو قدیم تعمیر شدہ، ہوادار، خوب روشن اور معتدل حرارت ہو۔

انہی اسباب مضعفہ میں نہار منہ حمام، ریاضت، جماع، پھل خاص کر تربوز، مسہل قوی، شیرینیات، نصف شب میں اچانک اٹھنے اور گرما گرم غذا کے بعد پانی پینا ہے۔ جہاں تک نہار منہ پانی پینے کا تعلق ہے تو اس کی وجہ یہ ہے کہ پانی اعضاء رئیسہ کی طرف نفوذ کرتا ہے اور اعضاء رئیسہ غذا کی عدم موجودگی یعنی نفوذ کو روکنے والے شی کے موجود نہ ہونے کے سبب چونکہ برودت پر باقی ہوتے ہیں، لہذا جب پانی غذا پر وارد ہو کر اس سے مخلوط ہوتا ہے تو غذا اس کو لوٹا کر نفوذ سے روکتی ہے۔ نفوذ کے اس انصراف سے حرارت غریزی کے جمود اور بجھاؤ کا خطرہ لاحق ہوتا ہے۔ اس کے قلب تک پہنچنے کی وجہ سے اچانک موت یا جگر میں پہنچنے کی بناء پر استسقاء عارض ہو جاتا ہے۔ یہ احشاء، اعصاب اور آلات تنفس کے لئے بھی بہت نقصان دہ ہے۔

حمام کے بعد پینے سے اس لئے منع کیا گیا ہے کہ اعضاء کی حرارت میں التہابی کیفیت کی

وجہ سے پانی ان کی طرف جلدی جذب ہوتا ہے اور ان کی برودت کی بناء پر حرارت غریزی بجھتی ہے۔

جہاں تک ریاضت کے بعد کا تعلق ہے تو اس میں حمام جیسی صورت واقع ہوتی ہے۔ ایلاقی نے کہا ہے کہ ریاضت اور حمام کے بعد جب کہ مسامات کھلے ہوئے ہوتے ہیں، قوت تحلیل ہوتی ہے اور اندورنی اعضاء پانی جذب کرنے کے خواہشمند ہوتے ہیں تو اس وقت پانی پینے سے اعضاء میں برودت لاحق ہوتی ہے اور قوت وحرارت ضعیف ہوتی ہے۔ میں نے بعض اطبا سے سنا ہے کہ کچھ لوگ حمام کے بعد پانی پینے سے اسی سال فوت ہوگئے اور انہوں نے اپنے کو ختم کرلیا۔

جماع کے بعد پانی پینا زیادہ مضر ہے۔ اس لئے کہ جماع سے اعضاء کی تسخین کے ساتھ ہی منی کا استفراغ ہوتا ہے، جس کے سبب اعضا زیادہ قوت سے رطوبات جذب کرتے ہیں۔ اس کی تحلیل سے حرارت بھی ضعیف ہوتی ہے پھر پانی کی ٹھنڈک سے اس کا بجھاؤ بھی جلدی ہوتا ہے۔

پھلوں کے بعد پانی پینے سے پھلوں اور پانی دونوں کی رطوبتیں جمع ہوکر معدہ میں فساد کا سبب بنتی ہیں۔ تربوز میں چونکہ رطوبت زیادہ ہوتی ہے اس لئے وہ اور بھی جلدی فساد پیدا کرتا ہے۔

مسہل کے بعد اس لئے کہ اس وقت واپس لوٹانے کے باوجود اعضاء شدت سے پانی جذب کرتے ہیں۔ اس واپس لوٹانے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اعضا استفراغ رطوبات کے باعث جذب رطوبات کے حاجتمند ہوتے ہیں۔ اس صورت میں تحلیل کی وجہ سے حرارت غریزی بھی کم ہوتی ہے۔

شیرینیات اور وسط شب میں اچانک بیدار ہونے کے بعد اسی طرح کھانا کھانے کے درمیان پانی پینا اس لئے نقصان دہ ہوتا ہے کہ ابھی معدہ کو پانی کی احتیاج نہیں ہے اور وہ بے ضرورت پیا جاتا ہے۔ ابن ہبل نے لکھا ہے کہ درمیان شب اچانک اٹھ کر پانی پینا ہضم کو بگاڑتا ہے۔

جہاں تک گرم کھانا کھانے کے بعد پانی پینے کا تعلق ہے تو وہ حمام ہی کے بعد کی طرح ہے جس کا تذکرہ پیچھے کیا گیا ہے۔ صاحب منہاج نے گرم کھانے کے بعد ٹھنڈے پانی

کا استعمال نامناسب بتایا ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں بہت زیادہ ٹھنڈے پانی کا استعمال ہے، خاص طور پر جب پورا پانی ایک ہی دفعہ میں پیا جائے۔ یہ حرارت غریزی کو ضعیف کرتا اور بجھاتا ہے۔

انہی اسباب میں بہت زیادہ پیاس کی شدت ہے۔ محمود بن الیاس نے کہا ہے کہ یہ حرارت غریزی کو کمزور کرتی ہے، مزاج میں تسخین پیدا کرتی ہے اور شہوت کو ساقط کرتی ہے۔ رازی نے لکھا ہے کہ یہ بڑھاپا اور ذبول جلدی لاتی ہے۔

انہی اسباب میں بدبودار ہوائیں ہیں۔ وہ ہوا کے جوہر میں تغیر کر کے اس میں فساد اور عفونت پیدا کرتی ہیں، جو سانس کے ذریعہ قلب تک پہنچتا ہے، جس سے اس کی کیفیت خراب ہوتی ہے اور اس کے مزاج اور اس کی روح کے مزاج میں فساد لاحق ہوتا ہے اور اس کے نتیجہ میں امراض پیدا ہوتے ہیں۔

انہی اسباب میں بخارات اور دخانات ہیں۔ بخارات وہ اجسام ہیں جو مائی اور ہوائی اجزا سے مرکب ہوتے ہیں۔ اور دخانات وہ اجسام ہیں جو ارضی وناری اجزاء سے ترکیب پاتے ہیں۔ ہوا ان دونوں سے مل کر مکدر ہو جاتی ہے، اس کا ورود روح کے لئے باعث اذیت ہوتا ہے اور ترویح و تعدیل کا فائدہ اس سے حاصل نہیں ہوتا ہے۔

افلاطون نے کہا ہے کہ اگر بخارات اور دخانات نہ ہوتے تو انسان طویل عرصہ تک زندہ رہتا۔

انہی اسباب میں ایسے ضماد اور ٹکور کا استعمال ہے جو بافراط تسخین پیدا کرتے ہیں۔ اسی طرح ایسے گرم پانی ہیں جن میں قوی معدنیات جیسے پھٹکری، ہیرا کسیس، نطرون اور ان جیسی دوسری معدنی اشیاء شامل ہوں۔ یہ اشیا مسامات میں تخلخل کی وجہ سے تبرید پیدا کرتی ہیں۔ اور ظاہر بدن کی طرف حرارت کے انجذاب اور بسہولت تحلل کی وجہ سے اسے ٹھنڈا کرتی ہیں۔

انہی اسباب میں ایک عرصہ تک بدن میں اعتدال کے ساتھ تسخین پیدا کرنے والی اشیاء ہیں مثلاً دیر تک دھوپ یا حمام میں قیام، ان میں زیادہ ٹھہرنے سے رطوبت غریزی تحلیل

ہوتی ہے جو حرارت غریزی کے تحلل کا موجب بنتی ہے۔

انہی اسباب میں بالفعل بہت برودت پیدا کرنے والی چیزیں ہیں مثلاً ٹھنڈا پانی، برف، اولے، یہ حرارت کو کم کرتے ہیں۔ چونکہ ضد کی طبعیت یہ ہے کہ وہ اپنے ضد میں عمل کرے، اس لئے وہ اس کے حلول میں مزاحم ہوتی ہے جیسے برف کو آگ پر رکھنے سے ہوتا ہے۔

انہی اسباب میں ہواؤں کی کثرت ہے۔ یہ قویٰ اور حرارت غریزی کے ضعف کا موجب ہوتی ہیں۔ میں نے بہت سے لوگوں کو دیکھا ہے جو ہواؤں کی زیادتی کے سبب بہرے ہو گئے۔

انہی اسباب میں بالقویٰ بہت برودت پیدا کرنے والی اشیاء ہیں جو اگرچہ فی الوقت گرم ہوں جیسے بالقوہ بارد طلا اور ضماد جو اگرچہ بالفعل گرم ہوتے ہیں لیکن جب وہ اپنا عمل صادر کرتے ہیں تو وہ بالفعل بارد چیزوں کی طرح ہوتا ہے۔ اسی طرح 'بردقوی' بہت ٹھنڈک کا معاملہ ہے۔ علامہ (نجیب الدین سمرقندی) نے کہا ہے کہ بردقوی یعنی بہت ٹھنڈک حرارت غریزی کو بجھاتی ہے۔ اور "حرقوی" یعنی شدید حرارت اسے تحلیل کرتی ہے۔ جب کہ معتدل کیفیت قوت دیتی ہے۔

انہی اسباب میں حرکت وسکون کی زیادتی ہے۔ حرکت کی زیادتی سے رطوبت غریزی تحلیل ہوتی ہے۔ اور اس کا تحلل حرارت غریزی کی تحلیل کا سبب بنتا ہے۔ علامہ نے کہا ہے کہ حرکت کی زیادتی خواہ پورے بدن کے لئے عام ہو یا کسی خاص عضو کے ساتھ مخصوص ہو، خواہ ذاتی ہو یا عرضی یا پھر نفسانی ہو جیسے، غصہ، غم، خوشی یا جاگنا، یہ سب اگر حد سے بڑھ جائیں تو تین وجہوں سے برودت پیدا کرتے ہیں۔ ایک حرارت غریزی کے بہت زیادہ تحلل کی وجہ سے۔ اس لئے کہ حرکت حرارت غریزی میں لطافت پیدا کرتی ہے اور حرارت کو پیوست ہونے سے روکتی ہے۔ اس صورت میں اس کا تحلل آسان ہو جاتا ہے۔۔ اس وقت اس کا حال اس آگ کی طرح ہوتا ہے جو تیز رفتار ہوا کے سامنے ہو۔ دوسرے مسامات کا تخلخل اور کشادگی۔ اس سے بھی حرارت غریزی کی تحلیل میں مدد ملتی ہے۔ اس وقت حرارت کا حال اس تنور کی حرارت کی طرح ہوتا ہے جس کے زاویے کھول دیئے گئے ہوں۔ تیسرے رطوبت

غریزی کے تحلل کی وجہ سے۔ رطوبت غریزی کے تحلل سے حرارت غریزی کم ہوجاتی ہے کیونکہ وہ حرارت غریزی کی بنیاد ہے۔ اس کے انہدام سے حرارت غریزی کم اور برودت بڑھ جاتی ہے۔ حرکت کی زیادتی اسی وقت اور فوراً برودت کا سبب نہیں بنتی ہے۔ چنانچہ جب تک حرکت جاری رہتی ہے سخونت حاصل ہوتی رہتی ہے۔ لیکن پھر رطوبت کی تجفیف کے سبب سے حرارت میں کمی واقع ہونے لگتی ہے۔ اور حرارت کی کمی برودت کا سبب بنتی ہے۔ لہذا حرکت کی زیادتی انجام کار برودت پیدا کرتی ہے۔

جہاں تک سکون کی زیادتی کا تعلق ہے تو وہ اس لئے کہ وہ حرارت غریزی کو ڈھانپنے اور بند کرنے نیز انعاش اور برانگیختگی پیدا کرنے والے سبب یعنی حرکت معتدلہ کے فقدان کے باعث حرارت غریزی کو بجھاتی ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں نینداور بیداری کی کثرت ہے۔ ابن سینا نے لکھا ہے کہ بیداری حرکت سے مشابہ ہے، اس حیثیت سے کہ حرکت تسخین پیدا کرتی ہے اسی طرح بیداری بھی تسخین پیدا کرتی ہے۔ لیکن یہ تسخین حرکت کے سبب سے نہیں بلکہ روح اور حرارت غریزی کی برانگیختگی اور بیرون بدن ان کے اخراج کے باعث پیدا ہوتی ہے۔

نیند سکون سے مشابہ ہے، اس حیثیت سے کہ روح اور بدن نیند میں ساکن رہتے ہیں جس طرح بدن سکون میں ساکن رہتا ہے۔

بیداری کی زیادتی دماغ کو کمزور کرتی ہے، ہضم خراب کرتی ہے۔ اس کی وجہ حواس ظاہرہ وحواس باطنہ سے متعلق حسی افعال اور ارادی حرکات کی کثرت سے ارواح کا تحلل ہوتا ہے۔ ارواح چونکہ قویٰ کی حامل ہیں لہذا حامل یعنی ارواح کے تحلل سے محمول یعنی قویٰ کمزور ہوتے ہیں۔ اور دماغ اور حرارت غریزی میں ضعف واقع ہوتا ہے۔

جالینوس نے لکھا ہے کہ اگر تم اپنے کسی دشمن کو بیمار ڈالنا چاہتے ہو تو اسے مسلسل کئی رات جگاؤ۔

نیند کی کثرت قلتِ تحلل اور احتباسِ مواد کی بناء پر جو جاگنے کی حالت میں تحلیل ہوتے رہتے ہیں ترطیب پیدا کرتی ہے، جس کے نتیجہ میں برودت لاحق ہوتی ہے اس لئے کہ

رطوبت کی زیادتی حرارت غریزی کو ڈھانپتی اور بجھاتی ہے۔
مادہ مستعدہ سے بدن کے خالی ہونے کی صورت میں سونے سے روح کے انحلال کے سبب حرارت غریزی کمزور ہوتی ہے۔اس لئے کہ حرارت جب اندر کی طرف لوٹتی ہے اور وہاں مجتمع ہونے پر جب وہ مادہ نہیں پاتی جس میں کہ وہ عمل کرے تو پھر وہ روح اور رطوبت اصلیہ میں عمل کرتی ہے اور انہیں تحلیل کرنا شروع کرتی ہے۔ان کے تحلل سے حرارت غریزی کا تحلل ہوتا ہے اور وہ کمزور ہوتی ہے۔
دن کا سونا، اسی طرح نیند میں کروٹیں بدلنا اور جاگنا خراب اثر طاری کرتا ہے۔آملی نے لکھا ہے کہ دن میں زیادہ سونا حرارت غریزی کے ضعف کا باعث ہے اور بخار کو دعوت دینا ہے۔واضح ہو کہ پیٹھ کے بل سونا امراض ردی مثلاً دوار، سکتہ، فالج اور کابوس کا سبب بنتا ہے۔
انہی اسباب مضعفہ میں کثرت کلام ہے کیونکہ وہ زیادہ جاگنے کا موجب ہے اور زیادہ جاگنا ضعف حرارت غریزی کا موجب ہے۔آنحضرت نے فرمایا ہے کہ آفتیں گویائی اور نطق کی مؤکل ہیں۔ باتوں کی زیادتی بالخاصیت عمر کم کرتی اور دماغ کی رطوبات اصلیہ کو تحلیل کرتی ہے۔ان رطوبات کا تحلل حرارت غریزی کے نقصان کا باعث ہوتا ہے۔
انہی اسباب مضعفہ میں قے کی کثرت ہے۔قرشی نے لکھا ہے کہ بعض لوگ ہوس کے تحت خوب پیٹ بھر کر کھانا کھاتے ہیں، پھر قے کر دیتے ہیں اس طرح وہ بڑھاپے کو جلدی دعوت دیتے ہیں، امراض میں مبتلا ہوتے ہیں اور قے کو اپنی عادت بنا لیتے ہیں۔
ابن سینا کا بیان ہے کہ بقراط نے بحالت صحت مہینہ میں دو دن متواتر قے کی ہدایت کی ہے۔تاکہ پہلی قے میں جو مادہ چھوٹ گیا ہے اور دشواری اور تنگی سے نکلا ہے، دوسری قے سے وہ کمی پوری ہو جائے اور معدہ میں جو کچھ باقی ہے وہ نکل جائے۔اس سے صحت کی حفاظت ہوتی ہے۔
انہی اسباب میں بچوں کی تعداد کی کثرت اور قرض کی زیادتی ہے۔یہ دونوں رنج و غم کا باعث ہوتے ہیں۔رنج و غم چونکہ حرارت غریزی کم کرتے ہیں اس لئے ان دونوں اسباب سے حرارت غریزی کم ہوتی ہے۔

انہی اسباب میں قطع صلہ رحمی، محبت وسلوک کو منقطع کرنا ہے۔اس سے بالخاصیت عمر کم ہوتی ہے۔

انہی اسباب میں انتظار ہے۔ یہ رنج وغم اور کوفت کا موجب ہوتا ہے۔ رنج وغم حرارت غریزی کو کمزور کرتے ہیں۔لہذا انتظار سے بھی حرارت غریزی کم ہوتی ہے۔کہا گیا ہے کہ نیک لوگوں کے قلوب انتظار کی برداشت نہیں رکھتے۔

گفتی شی بکشنت آیم نیامدی　　　　دانی کہ کشتنی تبراز انتظار

قدما کے مطابق عمر کو کم کرنے والی چیزوں میں بے ضرورت سرسبز درختوں کو کاٹنا بھی ہے۔کہا گیا ہے

درخت افگن بود کم زندگانی

انہی اسباب میں ترک ادب ہے۔ یہ بھی بالخاصیت عمر کم کرتا ہے۔جیسا کہ کہا گیا ہے۔

ہر جوانی کہ بی ادب باشد　　　　گر بہ پیری رسد عجب باشد

اور کہا گیا ہے۔

ادب بہتر از گنج قارون بود　　　　فزوتر زملک فریدون بود

بزرگان نکردند پروای مال　　　　کہ احوال راہست رودر زوال

عنان سوی علم وادب تافتند　　　　کہ نام نکو از ادب یافتند

میں نے بہت سے لوگوں کو دیکھا ہے جنہوں نے ادب ترک کیا وہ نوجوانی میں فوت ہو گئے اور اپنی عمر سے مدت تک فائدہ نہیں اٹھا سکے۔بعض فضلا نے کہا ہے کہ جو شخص اپنے استاد کی اہانت کرتا اور اسے کمتر سمجھتا ہے، اللہ تعالیٰ اسے تین چیزوں میں مبتلا کر دیتا ہے۔ جو کچھ اس نے یاد کیا ہے اسے بھول جاتا ہے۔ اس کی عمر کم ہو جاتی ہے اور موت کے وقت اس کی زبان کام نہیں کرتی ہے۔

انہی اسباب میں بہت ٹھنڈی اور بہت گرم ہوا ہے۔ بہت قوی بارد اور بہت قوی حار دواؤں کا بھی یہی معاملہ ہے۔ اس لئے کہ برودت ارواح کو بجھاتی اور حرارت رطوبات اصلیہ کو تحلیل کرتی ہے، جس سے حرارت غریزی کم ہو جاتی ہے۔ جیسا کہ حبشہ اور زنجبار کے

رہنے والوں میں ان کے ملکوں کی ہوا کی زیادہ حرارت کی وجہ سے ہوتا ہے۔

انہی اسباب میں فضلات کا احتباس ہے۔اس لئے کہ احتباس رطوبت کی کثرت کا سبب ہوتا ہے۔رطوبت کی کثرت حرارت غریزی کو ڈھانپتی اور گھٹاتی ہے، جس سے اس کا عمل سست ہو جاتا ہے۔اسی لئے کہا گیا ہے کہ اپنے کو خالی پیٹ سونے سے بچاؤ۔احتباس کے وقت مسامات کے بند ہونے اور نسیم بارد کے روح قلبی کی طرف پہنچنے میں کمی کی وجہ سے حرارت غریزی گھٹ جاتی اور کمزور ہو جاتی ہے۔اس لئے کہ حرارت کی بقا اور اس کے اعمال وتصرفات ہواء نسیم کے اندر پہنچنے پر منحصر ہیں، جیسا کہ تجربہ ومشاہدہ سے ظاہر ہے۔نسیم بارد کی کمی سے حرارت غریبہ غالب آجاتی ہے اور عفونت پیدا ہو جاتی ہے۔کیونکہ حرارت غریزی اس کا سب سے زیادہ مقابلہ ومقاومت کرنے والی اشیاء میں ہے۔ابن سینا نے کہا ہے۔

ولا تحبس الفضلات عند قضا یها　　وان کنت بین المرهفات الصوارم

''حاجت کے وقت فضلات کو مت روکو۔خواہ تم تیز تلوار کی دھار کے نیچے ہو''۔

قرشی نے شرح کلیات میں لکھا ہے کہ بعض فقہا نے مناظرہ کے دوران پیشاب کو روکا تو پھر دوسرے مقام سے اس کا اخراج ہوا اور وہ اسی دن مر گئے۔

انہی اسباب مضعفہ میں مسہل اور قے کے ذریعہ استفراغ ہے۔اس لئے کہ یہ دونوں عمل بدن کی قوت کو کمزور کرتے ہیں، کیونکہ ان سے اخلاط صالحہ کا بھی استفراغ ہوتا ہے۔اخلاط صالحہ کے استفراغ سے ان سے متعلقہ روح کا بھی کثیر مقدار میں اخراج لازم ہے۔چنانچہ اس کے نتیجہ میں تمام اعضا کی قوتیں اور حرارت غریزی ضعیف ہوتی ہے۔

بقراط نے کہا ہے کہ تندرست اور صحتمند بدن میں استفراغ مادہ کے لئے دوا کا استعمال مشکل پیدا کرتا ہے اس لئے کہ اس مادہ سے حرارت غریزی کا تغذیہ ہوتا ہے۔اس کے استفراغ سے حرارت کمزور ہوتی ہے اور برودت بڑھتی ہے۔

ایلاقی نے لکھا ہے کہ صحتمند بدن میں دوا کے ذریعہ استفراغ غشی کا موجب ہوتا ہے۔کیونکہ دوا جب بدن میں مادہ کو موجود نہیں پاتی ہے تو وہ لحم اور خون پر عمل کر کے ان سے زبردستی چیزوں کو نکالتی ہے۔شدید ضرورت کے علاوہ بوڑھوں کے لئے مسہل کا استعمال جائز

نہیں ہے۔اس لئے کہ ان کے واسطے قوت اور رطوبت اصلیہ کی حفاظت ضروری ہے۔ جبکہ مسہل اور اس کی حرارت ان دونوں کو کم کرنے اور تحلیل کرنے کا باعث ہیں۔ ہر دوا جو کسی خلط کے استفراغ کے ساتھ مخصوص ہے، اس مخصوص خلط کے علاوہ دوسری رطوبات کا بھی استفراغ کرتی ہے۔ اسی لئے دق کے مریضوں کے لئے مسہل کی اجازت نہیں ہے۔ اگر وہ استعمال کریں گے تو ہلاک ہو جائیں گے۔

صحت کی حفاظت کرنے والے کے لئے ضروری ہے کہ وہ سہل استفراغ کے ذریعہ اصلاح کی کوشش کرے مثلاً قے، حقنہ اور ان ملین مشروبات کے ذریعہ تلیین طبیعت کرے جو سختی سے استفراغ نہیں کرتی ہیں۔ اسی طرح ادرار، تعریق اور اخراج بلغم سے کام لے۔

قے کے لئے ضروری ہے کہ اسے امتلا کے بعد انجام دیں۔ اور آنکھوں کو پٹی سے باندھ دیں۔ طویل گردن کے لوگوں، سوجی ہوئی خنازیر اور گوشت سے عاری تنگ سینہ والوں کو قے سے بچنا چاہئے۔ صحتمند افراد کو قے میں اسراف نہیں کرنا چاہئے۔ اس سے بدن میں یبوست بڑھے گی اور پھیپھڑے، سینہ اور گردن کو نقصان پہنچے گا۔ بعض اوقات اس سے رگیں پھٹ جاتی ہیں اور نفث الدم شروع ہو جاتا ہے۔ قے مرطوب مزاج لوگوں کے لیے مخصوص ہے۔ انہیں ریاضت اور حرکت کے بعد اخلاط کا قوام رقیق ہونے پر قے کرنا چاہئے۔ مقی دوائیں غذا سے پہلے استعمال کریں اور ملطف غذا مثلاً نمکین مچھلی مولی کے ہمراہ یا سویا اور لوبیا کھائیں۔ یہ چیزیں بلغم کو رقیق کرتی ہیں جس سے وہ آسانی سے خارج ہوتا ہے۔

حار مزاج والوں کو چاہئے کہ وہ حمام سے نکلنے کے بعد جب بدن میں حرارت اور ترطیب پیدا ہو جائے، اسی طرح خوب کھانے پینے کے بعد قے آور دوا استعمال کریں۔ جو چیزیں قے کی اعانت کرتی ہیں ان میں گرم روغن کا گرم پانی کے ساتھ استعمال اور مغزیات مثلاً اخروٹ، بادام، بندق، مغز تخم تربز، مغز تخم خیارین سے حسب مزاج شہد یا شکر سے بنائی گئیں معجونوں کا استعمال ہے۔ ہاتھ پاؤں اور معدہ کی قریبی جگہوں کو گرم رکھنے سے بھی اس میں مدد ملتی ہے۔

جب طبیب کو یہ اندازہ ہو کہ بدن کی ردی خلطوں کی اصلاح طبعیت سے ممکن نہیں

ہے یا وہ اس کثرت سے ہیں کہ طبیعت انہیں نکالنے پر قدرت نہیں رکھتی ہے تو اسے استفراغ کے لئے جلدی کرنی چاہئے۔اس موقع پر دوا، شخص، ہوا، موسم اور شہر کی حالت کو ذہن میں رکھنا ضروری ہے۔ایک شخص کو ایک دوا سے ایک سال میں فائدہ ہوتا ہے لیکن وہی دوا دوسرے سال میں نقصان دے جاتی ہے۔ یہ اس وقت ہوتا ہے جب مثلاً اس شخص کا مزاج اور اس سال کا مزاج دونوں حار رطب ہوں۔اس وقت تربد سقمونیا اور انہی جیسی دوسری دواؤں سے حار رطب اخلاط کا بدن سے تنقیہ مفید ہوگا۔اگر اس شخص کا مزاج حار یابس ہو اور سال کا مزاج بھی یہی ہو تو اگر سقمونیا اور تربد سے کام لیا جائیگا تو نقصان ہوگا۔

واضح ہو کہ ہر استفراغ میں پانچ امور کا لحاظ ضروری ہے۔

ایک یہ کہ کمیت کے ذریعہ بدن کو اذیت دینے والے مادہ کا اخراج یعنی امتلا بحسب الاوعیہ یا کیفیت سے اذیت دینے والے مادہ کا اخراج یعنی امتلاء بحسب الکیفیت۔ مثلاً بدن میں اگر صفرا اپنی کمیت یا کیفیت اور حدت سے نقصان پہنچا رہا ہو تو اس وقت ایسی دوا پلانی چاہئے جو فقط اس مادہ کا اخراج کرے۔اس صورت میں سقمونیا سے اسہال مناسب نہیں ہے۔وہ صفرا کے ساتھ بلغم کا بھی مسہل ہے۔ یہاں ایسی دوا سے کام لینا چاہئے جو محض صفرا کا اسہال کرے۔

دوسرے یہ کہ استفراغ برداشت کے بقدر ہو۔

تیسرے یہ کہ استفراغ مادہ کی جہت اور میلان کے مطابق ہو۔

چوتھے یہ کہ استفراغ طبعی مخرج سے ہو اور جس عضو کی طرف مادہ منتقل ہو وہ عضو خسیس ہو۔

پانچویں یہ کہ استفراغ کا عمل نضج کے بعد ہو۔

بقراط نے کہا ہے کہ جس مادہ کا استفراغ مقصود ہو، اس کو ان مواضع سے خارج کرنا چاہئے جن کی طرف اُن اعضاء کا رجحان ہے جنہیں اس استفراغ سے فائدہ پہنچنے والا ہے۔

قرشی نے لکھا ہے کہ تحریک اور دوا کا استعمال انضاج مرض کے بعد کرنا چاہئے۔ اگر مرض غیر پختہ اور شروع درجہ میں ہو تو استفراغ نہیں کرنا چاہیے، سوائے اس کے کہ مرض

میں ہیجان ہو۔

صاحب الاقناع نے لکھا ہے کہ اگر مسہل دوا میں صعتر ملائیں خواہ ایک ہی گرام کی مقدار کیوں نہ ہو وہ قے کو روکتا ہے۔

صاحب مغنی کا بیان ہے کہ جس دن دواء مسہل لینا ہو اس سے ایک دن قبل دوپہر کے کھانے میں سبزیاں استعمال کریں۔اور رات کا کھانا بالکل نہ کھائیں۔

انہی اسباب مضعفہ میں سے صحت کے زمانہ میں فصد وحجامت کا استعمال ہے ۔اس لئے کہ خون کے استفراغ سے روح اور حرارت غریزی کا استفراغ بھی عمل میں آتا ہے۔لہذا صحت کی حفاظت کرنے والے کو ضرورت کے علاوہ ان دونوں سے احتیاط کرنی چاہئے۔

آملی نے لکھا ہے کہ قوتوں کے ضعف کی وجہ سے ایک سال کی عمر کے بچوں کو پچھنہ نہ لگائیں۔ دوسرے سال کی عمر میں لگا سکتے ہیں۔لیکن قوت وضعف کا لحاظ ضروری ہے۔۱۴ برس کی عمر سے پہلے حجامت کی اجازت ہے لیکن فصد کی نہیں ہے۔اس لئے کہ فصد کے ذریعہ پورے بدن سے بہت خون نکلتا ہے۔اور یہ زمانہ نشوونما اور بڑھوتری کا ہوتا ہے۔اسی طرح جب عمر ۶۰ برس کی ہوجائے تو بھی حجامت نہیں کرنی چاہئے۔ کیونکہ اس وقت رقیق خون نکلے گا جس کی مقدار کم ہوگی جبکہ فصد کا عمل غلیظ خون نکالنے کے لئے اختیار کیا جاتا ہے۔

آنحضرت نے فرمایا ہے شفا تین چیزوں میں ہے حجامت، شہد پلانا یا آگ سے داغنا۔

انہی اسباب مضعفہ میں مرض خصوصا مرض مزمن ہے۔اس لئے کہ مرض حرارت غریزی اور قوتوں کو ضعیف کرتا ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں وحشتناک خبریں اور خوفناک آوازیں ہیں۔ یہ باطن میں روح اور حرارت غریزی کے احتقان کا باعث ہوتی ہیں۔

بعض حکما نے کہا ہے کہ تمام حیوانات منہ سے سنتے ہیں سوائے انسان کے، وہ کان سے سنتا ہے۔

انہی اسباب مضعفہ میں عوام سے اختلاط اور عام لوگوں کے درمیان زیادہ بود و باش ہے۔ آنحضرت نے فرمایا ہے جو لوگوں میں معروف ہوا، اس نے بلاؤں کو مخصوص کیا۔ ان لوگوں کے درمیان رہو جنہیں تم نہیں جانتے ہو۔ کہا گیا ہے جس نے علیحدگی اور خلوت نشینی اختیار کی وہ سلامت رہا۔ افلاطون کا کہنا ہے کہ لوگوں کے درمیان اقامت افلاس کی نشانی ہے۔ دمیری نے کہا ہے کہ عقاب چیختا ہے لوگوں سے دور رہنے میں راحت ہے۔ کشاف میں ہے کہ لوگوں سے دوری میں سکون قلب ہے۔ اسی لئے حکماء ہند نے عزلت اور گوشہ نشینی کو ترجیح دی ہے۔

انہی اسباب میں دشمن کو دیکھنا ہے۔ اس کو دیکھنے سے کوفت اور رنج و غم ہوتا ہے۔ دمیری نے لکھا ہے کہ منجمین کے خیال میں زحل کی طرف دیکھنے سے رنج و غم زائل ہوتا ہے۔

انہی اسباب میں سمیات ہیں وہ طبعیت کو ضرر پہنچاتے ہیں اور ہلاکت یا مرض کا باعث ہوتے ہیں۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا کہ زہر کے سونگھنے سے وہ بیمار ہوا اور پھر ایک مدت کے بعد اسی بیماری میں مر گیا۔ علامہ نجیب الدین سمرقندی کا بیان ہے کہ بعض زہر بدن میں فساد پیدا کرنے کے لئے کھانے کے محتاج نہیں ہوتے ہیں ان کے سونگھنے اور چکھنے سے بھی ضرر ظاہر ہوتا ہے۔

ابن سینا نے لکھا ہے کہ جو شخص خدشہ محسوس کرے کہ اس نے زہر کھایا ہے تو اسے ایسی غذاؤں سے بچنا چاہے جن کے ذائقہ میں ترشی یا نمک یا چرپراہٹ یا مٹھاس کا غلبہ ہو یا وہ بہت خوشبودار ہوں، کیونکہ یہ زہر کے ذائقہ اور خوشبو کو توڑتی ہیں۔ ان کے استعمال سے زہر خورانی کا پتہ نہیں لگتا ہے۔ اس شخص کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ وہ شدید بھوک اور پیاس کے وقت کھانے پینے کی جگہ پر نہ جائے اس لئے کہ بھوک اور پیاس کھانے کی حرص کی شدت کے وقت بھرے پیٹ کے مقابلہ میں زہر کے ادراک کو ظاہر کرتی ہیں۔ زہر کے بدن میں پہنچنے پر اسے دو صورتیں پیش آتی ہیں۔ ایک یہ کہ وہ بہت امتلا اور کھانے کے درمیان چھپ جاتا ہے اور اس کا اثر دبا رہتا ہے۔ دوسرے یہ کہ عروق مملو ہوتی ہیں اور زہر کو کوئی منفذ نہیں ملتا ہے۔ بعض اوقات بدن میں کوئی ایسی چیز ہوتی ہے جو زہر کے مخالف ہوتی ہے۔

رازی کا بیان ہے کہ اکثر اطبا اس پر متفق ہیں کہ اگر غذا سے پہلے اخروٹ اور بندق کھایا جائے تو مہلک دواؤں کا ضرر ظاہر نہیں ہوتا۔

قرشی نے لکھا ہے کہ محض دشمن کے کھانے سے احتراز کافی نہیں ہے۔ بعض وقت انسان کے کھانے میں ردی حیوانات مثلاً، بچھو، رتیلا وغیرہ کی سمیت شامل ہو جاتی ہے، جو اسے ہلاک کر دیتی ہے۔ مشروبات میں یہ صورت جانور سے محبت کی وجہ سے بھی واقع ہوتی ہے۔

ابن سینا نے روفس کے حوالہ سے بیان کیا ہے کہ بادشاہوں کو قتل کرنے کے لئے لڑکیوں کو زہر سے اس قدر تیار کیا جاتا ہے کہ ان سے مباشرت کے بعد وہ مر جاتے ہیں۔ ان کا مزاج اس قدر زہریلا اور مسموم ہو جاتا ہے کہ محض ان کے لعاب ہی سے جانور ختم ہو جاتا ہے اور مرغی ان کے لعاب کے قریب نہیں جاتی۔ ایسی لڑکیوں سے بچنے کے لئے ان کی پہچان ضروری ہے۔ حضرت علی نے فرمایا ہے کہ شر کو پہچانو، شر کے لئے نہیں بلکہ اس سے بچنے کے لئے، اور جو شر کو نہیں پہچانتا وہ اس کا شکار ہوتا ہے۔